



Freddy Kjensmo

**MÅ LÆRE MEG
Å MELKE
KUER**

*En feelgood-historie
fra demensavdelingen*

Må lære meg å melke kuer

En feelgood-historie fra demensavdelingen

AV FREDDY KJENSMO

FK Publishing

Denne boken er ikke dedisert en jeg vil kalle
en levemann. Mer en mann som har levd.
Og gjort så godt han kunne.
Faren min.

*På blomsterspråket uttrykker
forglemmegei håpet om å ikke bli glemt.*

PROLOG

Så langt tilbake som jeg kan huske, har faren min hatt en iboende frykt for å ende opp som «grønnsak» på et sykehjem. Å bare sitte der og ikke kunne snakke eller kommunisere og være fanget i sin egen kropp, sitt eget hode. Det har vært en av hans virkelige store redsler i voksen alder. Det har vært så ille at han mer enn en gang har sagt at hvis det skjer, så må noen komme og «gi ham noe gift». Som om han var en katt man avliver.

Det roet seg litt da jeg til slutt satte meg ned og snakket alvorlig med ham om det en dag. Jeg sa at han kunne trøste seg med at hvis han havnet i en slik situasjon en gang i fremtiden, så ville han være den siste til å vite om det. Og jeg skulle sørge for at han ble tatt godt vare på uansett.

Omtrent samtidig som pandemien traff Norge i mars 2020, fikk faren min plass i et bofellesskap i kommunen der han bor. Dette hadde han utålmodig stått på venteliste for i lang tid. Han var så ivrig etter å komme seg av gårde at allerede dagen etter at han fikk beskjed om at det var plass til ham, fant de ham i fellesstuen på bofellesskapet klokken syv om morgenen. Der satt han fornøyd og smilte da første pleier kom på vakt. Da hadde han tatt med seg toalettmappen sin, kjørt ned og flyttet inn allerede. Nå lurte han på om det var mulig å få en kopp kaffe.

Han var sjuogåtti år gammel, hadde hatt et samlivsbrudd noen år tidligere og kjedet vettet av seg alene.

Huset skulle selges og deles mellom broren min og meg, det var allerede bestemt. Etter at vi hadde kjørt noen få eiendeler og klær til ham og fått ham installert i den lille

leiligheten, som besto av en liten stue, kjøkkenkrok, bad og soverom, ga han meg nøklene til huset og en fullmakt til å ordne det praktiske rundt hussalg og fordeling av arv.

Bredbent sto han i den blårutete flanellskjorten med de grove arbeidshendene bak ryggen og kikket ut av vinduet fra andre etasje i sitt nye hjem i bofellesskapet. På jordene utenfor var telen i ferd med å slippe taket, og bjørketrærne ventet utålmodig på litt mer varme slik at de kunne springe ut i knopper. En solstråle traff vinduskarmen til høyre for faren min. Han snudde seg, og i ansiktet så han lettet ut. Endelig hadde han kommet seg ut av det store huset han var så dugelig lei av å bo alene i. Bofellesskapet het *Hov*, og moren hans hadde tilbragt de siste årene av sitt liv her for mer enn førti år siden. Da hadde stedet vært et gamlehjem. I tillegg hadde en bror av ham bodd der noen år tidlig på 2000-tallet, før han fant det for godt å gå over veien og drukne seg i Glomma.

Nå var det pappas tur til å flytte inn. Han gledet seg til fellesskap og et miljø. Til å ha noen å være sammen med. Drikke kaffe og skravle om gamledager.

Han satte seg prøvende ned i den grønne, slitne stresslessen vi hadde tatt med fra huset hans. Stolen knirket litt. Med et bekymret drag over ansiktet så han på broren min og meg.

«Jeg håper jeg får bli her og nyte dette en stund, nå da.»

DE MENSEN

Da pappa i 2010 ble alene etter et samboerforhold som hadde vart i femogtredve år, gjorde han og jeg en avtale om at jeg skulle ringe ham hver dag. Jeg bor i Oslo og han mange mil unna, og i tillegg har jeg en hektisk jobb med mye reising. Det lot seg ikke gjøre å besøke ham så ofte som jeg kanskje burde og ville. Da var dette med daglige telefonsamtaler en løsning vi begge gledet oss over. Samtalene var gjerne superkorte, og de handlet om ting som hva han hadde spist til middag, eller at han hadde vært i svømmehallen eller en tur innom butikken og kjøpt mat og VG. Det sosiale livet hans foregikk stort sett innenfor en trekant som besto av hjemmet, butikken/banken og svømmehallen. Han satte pris på denne daglige kontakten vår, selv om han noen ganger kunne være irritert og ga uttrykk for at jeg ringte for ofte. Men ringte jeg ikke en dag, slo han på tråden.

Allerede kort tid etter innflyttingen i den lille leiligheten i bofellesskapet begynte jeg å merke tegn til at noe ikke var helt som det skulle være. Antagelig hadde det startet lenge før, uten at jeg skjønnte at det var noe annet enn hans kjente små utbrudd og særheter.

Ved nærmere ettertanke hadde jeg de siste månedene før han flyttet, opplevd ham som mer irritert og hissig. Han ville ikke forstå enkle ting og resonnementer, var mer tverr, og han kunne også være ovenfra og ned og mene jeg ikke forsto eller skjønnte noen ting. Det hendte rett som det var at han sint slang på røret når vi snakket. Til tider måtte jeg hente frem den store tu-

ben med tålmodighet for ikke å la meg påvirke for mye av det.

Det var først i samtale med sykepleier på bofellesskapet at vi kom inn på at han kanskje rotet og surret litt mer enn vanlig. I tillegg hadde han hørt dårlig i flere år, og nektet å bruke noen form for hjelpemidler for å bedre det. Sykepleieren og jeg ble enige om å se det hele an litt.

Han hadde ikke vært på Hov i mange ukene da han bulket bilen til en av de ansatte etter å ha rygget seg ut av parkeringsplassen i sin skranglete grå Toyota. Førerkortet var fornyet bare måneder tidligere, og han var svært opptatt av å få fortsette å kjøre bil.

For dem som bivånet bulkeepisoden fra vinduet på vaktrommet, må det ha fortonet seg som om han kjørte radiobil på tivoli. Etter å ha laget en solid bulk i den lille røde bilen til en av pleierne hadde han frest av gårde i altfor høy hastighet over gårdsplassen med et bredt smil om munnen, kunne de fortelle. For ham var det frihet i å kunne fortsette å kjøre, han hadde tross alt vært yrkes-sjåfør med egne lastebiler i et par mannsaldere.

De ansatte uttrykte naturlig nok bekymring for at han satte seg bak rattet, og ymtet frempå om at dette kanskje ikke var forsvarlig lenger. Han var til fare for både seg selv og andre. Derfor ordnet jeg med time hos fastlegen. Da jeg spurte om det var greit at jeg ble med ham inn til legen, var det heldigvis ikke noe problem. Forvirret strøk pappa glatt på alle tester hva videre førerkort angikk. De kognitive evnene hans tillot på ingen måte at han skulle ferdes alene i bil ute blant folk lenger. Han fikk også

rekvisisjon til CT-skanning på sykehuset, og ikke lenge etter var diagnosen et faktum.

Personlig er jeg ikke av dem som syntes det var fryktelig vanskelig å forholde seg til at han hadde fått diagnosen *begynnende aldersdemens*. Karen nærmet seg nitti år og hadde levd et langt, og ifølge seg selv, godt liv. Dette var livet på livets premisser. Mennesker blir syke, noen tidlig i livet, andre sent. Faren min hadde både spist sunt, trent og vært aktiv, og han hadde ikke røyket, men nå var han gammel, og sånn ble det.

Men jeg skjønner godt at noen kan oppleve det som skremmende og vondt at kjære og nære plutselig skal vandre av gårde og bli en annen når demens og Alzheimer rammer. Enkelte pasienter blir også svært krakilske med tanke på undersøkelser, og ikke minst det å til slutt måtte flytte på institusjon. Å få et menneske til frivillig å bryte opp og si farvel til det vante og kjente når det blir for krevende for de nærmeste at han eller hun bor hjemme, er for mange pårørende en hard og vanskelig kamp. Jeg var helt klart heldig her, i og med at han i utgangspunktet hadde gledet seg til å flytte ut av huset.

Selv om sykdommen utviklet seg langsomt og han var preget av den, fungerte han fint i bofellesskapet. Det var først etter halvannet år at det begynte å tære på. Da ble han for vanskelig å hankses med for de ansatte, da han viste seg å være en *vandrør*. Rett som det var fant de ham gående langs den trafikkerte riksveien, eller han drev og undersøkte andre rom og bygninger. På de merkeligste tidspunkter kunne han snike seg av gårde til steder han absolutt ikke skulle være på. Staben hadde ikke kapasitet

tet til å passe på ham, og de hadde heller ikke sovende nattevakt på huset.

I tillegg overrasket pappa med å fremstå som litt av en smørbrødtiv. Omtrent hver eneste morgen oppdaget de som gikk på morgenvakt at «noen» hadde vært og forsynt seg av de påsmurte fatene som sto på kjølen og var til felles frokost dagen etter. Brødsiver med salami, ost, kaviar og leverpostei forsvant fra brettene, og de måtte til slutt få satt en hengelås på kjøledøren. Senere ble stabler med mugne brødsiver funnet igjen oppe i leiligheten hans.

Sykepleieren på bofellesskapet søkte i samråd med meg om å få ham inn på en skjermet demensavdeling noen få kilometer unna. Dette ville være best for ham i tiden som kom, og ikke minst for meg som nærmeste pårørende.

FREDAG ETTERMIDDAG –
EN HALVTIME SENERE

- *Er det 'n Freddy?*
- *Hei igjen pappa, hva kan jeg hjelpe deg med nå?*
- *Det er dissa telefona. Har du sett telefonen min?*
- *Den du prater i nå mener du?*
- *Den virker ikke.*
- *Vi snakker jo med hverandre nå.*
- *Nei, nå skjønner jeg ingenting.*
- *Alt virker i hvert fall.*
- *Det var da enda godt.*