



Att bli totalblind i sina bästa år

2021-02-23 10:46 CET

## Att bli totalblind i sina bästa år

**Jag är ny här som bloggare och tänkte börja med att berätta lite om vem jag är. Patrik Olsson är namnet och jag är 46 år, bor i Halmstad med min sambo Lotta, Labradoren Vanda (min ledarhund) och "Tollaren" Ice. 1978 startade resan för mig då jag som liten fick diagnosen diabetes – eller sockersjuk som det hette på den tiden.**

Efter att synen försämrats på grund av min diabetes typ 1 släcktes så ljuset helt den 16 mars 2010 och jag var en totalblind man i sina bästa år. Blindhet är en av de många komplikationer man kan få av diabetes. Så var det och utan diabetes hade jag säkerligen inte varit blind. I och för sig hade jag utan sjukdomen inte heller haft min fantastiska Vanda... Att tycka synd om sig

själv och ta på offerkoftan är inte min grej. Helt enkelt jag är rätt man till att ha blivit blind.

Tre dagar innan det blev mörkt var jag hemma på permission från Lunds sjukhus.

Jag kommer aldrig glömma den dagen. Jag sitter i soffan och min son Jonathan, en lintott på 2 år och 4 månader står vid andra sidan bordet. Han tittar på mig och bara ler stort. Så vänder sig den söte lille killen om. Jag ser honom suddigt men kan ändå urskilja uttrycken i hans ansikte. Han tar sats och jag ser honom springa för första gången i sitt liv och det är det sista minnet jag har av honom som seende. Den bilden sitter inristad i mina trasiga näthinnor. Det var precis som om han väntat på mig för att få visa sina framsteg för sin pappa.

Efter att blindheten slagit till tog jag upp gymmet igen. Jag fick ledsagare vilket förstås var något helt nytt för mig. Jag började experimentera med kosten och lade om den och kunde med det minska mitt måltidsinsulin med cirka 80 %. Jag var närmast i chock över detta överklige resultat. Blodsockret jämnade ut sig fint över dygnet. Jag började lyssna igenom massor av böcker i ämnet kost och hälsa och detta resulterade i att jag på två och en halv månad gick ned 25 kilo och blev närmast atletisk. Det här var en föraning om vad som skulle ske i framtiden.

Under 2013 träffade jag Marie och vi blev ett par. Marie var multisjuk och även här var det diabetes som ställt till det. Det tragikomiska var att vi fått samma råd från sjukvården som gick ut på att man fick äta vad man ville bara man kompenserade det med insulinsprutor. Visst kan man göra så men ingen berättade vad höga och svängiga i blodsockret kunde åstadkomma och även dom höga insulindoserna.

2015 startade vi gruppen Smarta diabetiker på Facebook och jag fick även ensamrätt på namnet. Idag är jag ensam kvar som grundare då Marie gick bort hösten 2015 i sviterna av sin diabetes typ1. När jag tog farväl av lovade jag henne en sak och det var att jag skulle göra allt för att sprida kunskapen om sockersjukan, kosten, träningen och vilka komplikationer denna sjukdom kan ge – om man har otur.

Otur var ordet. Jag är blind och Marie är död och detta förmodligen för att vi lyssnade på sjukvården med deras tips och råd. Råden gav man säkert i all

välmening så jag kan inte lasta dem så mycket för dem. Och jag menar; vad kan jag göra åt det som redan hänt? Ingenting. Men vad jag KAN göra nu är att förmedla hur viktigt det är med en kost som påverkar blodsockret så lite som möjligt och därmed minimera riskerna för komplikationer som för tidig död, njursvikt och blindhet mm.

Under 2017 kunde jag även lägga till författare till mitt CV. Det var boken "Låt bönor förändra ditt liv" och därefter uppföljaren, en kokbok "Låt bönor förändra ditt liv –Kokboken" som vi vann kokboks-VM i Kina med. Den gavs ut tillsammans med Lars-Erik Litsfeldt och Birgitta Höglund

Samma år blev jag även första blinda någonsin att genomföra loppet "Tough Viking" på Stockholmsstadion. Där gällde det att ta sig runt en stenhård och närmast farlig hinderbana. Varför gjorde jag ett sådant stolleprov? Jo, för att uppmärksamma diabetes och även samla in pengar till kostfonden och en studie för typ1 diabetiker och lågkolhydratskost. Vi lyckades med alla punkter! Utan min vän och ledsagare Fredrik "Majoren" Söderlund skulle jag aldrig klarat detta djävulska lopp. Loppet bestod av 25 militäriska hinder och där till 5 km terränglöpning. När Fredrik och jag kom in på upploppet på Stockholms stadion hade publiken ställt sig upp och jublat. Då hade den blinda mannen med sin ledsagare endast tre hinder kvar till målgång.

Ja vilken känsla och jag ryser av bara tankarna från då. Helt magiskt att få va med om detta och att vi lyckades att sprida kunskapen via media.

Att föreläsa är något jag brinner för. Att kunna sprida och dela med sig av både kunskap och vad jag gått igenom i mina 42 år som sockersjuk. Att som seende knappt kunna hålla en enkel presentation, är nu ett minne blott. Scenskräcken är helt borta och det är ju inte så konstigt, jag ser ju inte min publik. ;)

Fram till 2015 jobbade jag också som DJ. Då var jag Sveriges blindaste DJ och det kändes rätt häftigt. Jag spelade på några av dom största klubbarna i södra Sverige. Mitt motto i livet som blind är: "Ingenting är omöjligt, vissa saker tar bara lite längre tid."

Kram och på återseende eller återhörande. ;)

Patrik

Läs mer om Patrik [HÄR](#).

*Patrik fick typ 1-diabetes när han var fyra år och är blind sedan 2010. Bloggar för Diabetes Wellness Sverige.*

---

*Insamlingsstiftelsen Diabetes Wellness Sverige är en stiftelse som grundades 2006 i Sverige. Stiftelsens syfte är att samla in pengar till diabetesforskningen och sprida kunskapen om diabetes till allmänheten. Sedan starten har Diabetes Wellness Sverige skänkt ca 80 miljoner kronor till diabetesforskningen. Insamlingsstiftelsen ingår i ett nätverk av organisationer i flera länder som tillsammans stöttat forskning som syftar till att hitta ett botemedel mot diabetes och har ett 90-konto sedan 2007, 900116-5. [www.diabeteswellness.se](http://www.diabeteswellness.se)*