

Resan mot en ny framtid

I sommar är det 15 år sen livet gjorde en brutal störtdykning för Yasmin Jungstedt. På några sekunder grusades hennes framtidsdrömmar av en svår ryggmärgsskada. Det blev början på ett långt lidande – men också på en meningsfull väg tillbaka till livet och glädjen.

Yasmin har skrivit en mycket personlig, rättfram och ärlig bok om sin långa resa för att återta livet. I den berättar hon hur det är att i ena sekunden vara en levnadsglad 15-åring – som äntligen ska börja det efterlängttade dansgymnasiet efter sommarlovet och som kastar sig i vattnet från en brygga – för att i nästa sekund vakna på ett spanskt sjukhus med bruten nacke, oförmögen att röra sig eller kommunicera.

Mitt i allt kaos jagar kvällspresen henne för att de tycker hon verkar så stark och kan vara en förebild för andra nyskadade.

– Ja, det var ju ganska absurt, att de ville att jag skulle hålla presskonferens när jag landade i Sverige tio dagar efter olyckan. Men då var jag nedsövd och låg i respirator.

– Sen kom jag så klart i en livskris. Hela min identitet låg ju i dansaren Yasmin, det var passionen i mitt liv ända sedan jag var fyra år och började dansa balett. Vem var jag nu om jag aldrig mer kunde dansa?

– Så jag mådde skitdåligt och hade en enorm svart sorg inom mig, vilket inte kändes helt tillåtet att ha. Men du ska inte behöva vara en övermänniska och trösta alla andra runtomkring, för det är ändå du som mår sämst!

Mötte kärleken

Bokidén fick Yasmin redan på sjukhuset i Spanien, men det var först för några år sen som den hade mognat och cirkeln så att säga var slut. Yasmin hade då mött sin stora kärlek Janne och flyttat ihop med honom. Hon hade ett spännande jobb som frilansjournalist och webbredaktör på Stiftelsen Spina-

lis, som för övrigt sponsrade hennes sabbatsår så att hon fick möjlighet att skriva. Och efter långt och mödosamt arbete, och nio operationer, hade hon återerövat en del av sin rörlighet.

Handkirurgen Jan Fridén gjorde ett fantastiskt jobb med både hand- och armpoperationerna, berättar hon.

– Han tog senorna som flexar fötterna och la in dem i båda armarna som triceps, vilket gör att jag kan sträcka ut armarna över huvudet. Jag har handledsfunktionen kvar och kan, tack vare en handoperation, knipa med vänster tumme vilket gör att jag kan hålla saker.

Yasmin rullar fram till skrivbordet och demonstrerar sin teknik för att skriva på datorn.

– Vid det här laget vet mina assistenter vad jag klarar av. Det är extremt

viktigt för ens självförtroende att få göra så mycket som man kan själv, även om man har tillgång till någon som kan göra det lättare, poängterar hon och fortsätter:

– Folk är så otroligt hjälpsamma, och det är trevligt att de har den attityden. Men man ska inte propa på att hjälpa någon som behöver lite längre tid för att klara det själv.

– Varför inte visa lite respekt? säger Yasmin med bitt i tonen och deklarerar att hon är allergisk mot ”överhurtiga” personer och kommentarer som ”du är inte hjärnskadad i alla fall!”

Lyfter tabun

Vi hälsar på hemma hos Yasmin Jungstedt i det trevliga nya bostadsområdet Järla Sjö utanför Stockholm, där hon



Hunden Blanka lägger självklart beslag på bästa platsen i mattes knä i väntan på en promenad ner till sjön.

bor med maken Janne och varannan helg även Jannes två yngsta barn av totalt fem.

– Kan man ha sex som förlamad? Ja, självklart kan man det, men det blir på ett annat sätt och möjligen ett djupare emotionellt plan. Den största förändringen är att känslan gått förlorad, men då blir beröringen desto viktigare där känslan fortfarande är intakt.

– Jag önskar någon hade berättat det här för mig när jag var ung, kåt och nyskadad, suckar Yasmin, som nu satsar på en podcast där hon ska låta oss möta andra personer med funktionshinder och lyfta en del tabuämnen.

Utanför lägenheten står familjens specialbyggda handikappbil – en Chrysler med elmanövrerad ramp och borttaget säte så att det går att rulla in rullstolen, spärra fast den bakom ratten och sätta händerna i speciella handklykor. Den, och Yasmins hett eftertraktade körkort, är resultatet av snälla människor som trott på henne och stöttat henne när myndigheterna har obstruerat.

– Det blir ett slags moment 22 för du måste ha en handikappanpassad bil för att kunna ta körkort – och du får ingen sån utan körkort! För mig innebär bilen frihet gånger hundra, konstaterar Yasmin som tror att det var resandet som helade henne.

Redan som tonåring på rehabläger i Florida, när hon såg att det var möjligt, väcktes en enorm aptit att resa. Trots

att Yasmin låg sängbunden hemma under en stor del av gymnasietiden på grund av ovanligt elaka trycksår, kom hon bland annat iväg till Grekland, Italien och på en stipendieresa till Japan.

Det säger en del om hennes ovanliga beslutsamhet och jävlar anamma att hon också – trots allt byråkratiskt krångel – lyckades bli den första rullstolsburna studenten som Center for International Studies, CIS, skickade utomlands. Självklart en extra utmaning när du samtidigt ska vara arbetsgivare åt ett team på fyra medföljande personliga assistenter.

Viktigt med utseende

Ett annat ämne som får igång henne är förskrivning av hjälpmedel.

– Jag kan inte tjata nog om att man ska vara lyhörd som förskrivare och lyssna till individen och vad den vill få ut av sitt hjälpmedel – inte generalisera om man har samma grad av skada eller funktion.

– Dessutom måste man förstå att inte bara funktionerna utan även utseendet är viktigt. Hjälpmedlet är ju en förlängning av dig själv, säger hon och klappar på sin aktivrullstol från Küschall med E-motion-hjul som ger henne extra skjuts i uppförbackarna.

– Framför allt är designen väldigt snygg, det var det första jag tänkte på. Sen kan man tilta sitsen bakåt så

att man kommer ner djupare, sitter stadigare och får bättre balans. Det är optimalt för min kropp eftersom jag dels är väldigt lång och smal, dels har en hög skada.

Yasmin har slutat att dölja sin tåniga och ärrade kropp i bylsiga kläder. Numera klär hon sig kvinnligt i tajt och åtsmitande, och menar att meningen med hennes liv är att leva det, att älska och bli älskad och ta vara på livets njutningar.

– Sorgen över de små vardagliga ting som jag inte längre kan göra

”Dansen var min passion och mitt uttryckssätt. Vem var jag nu om jag aldrig mer kunde dansa?”

känner jag varje dag. Den finns inom mig, liksom lyckan som förgyller min tillvaro.

Janne träffade hon för första gången när hon skulle tatuera sig, vilket var hans hobbyssysselsättning.

– Ja, man är så beige och tråkig så varför inte göra kroppen lite mer färgglad? Enligt Janne finns det en parallell mellan dansen och mina tatueringar: Båda är ett sätt att uttrycka sig med kroppen och berätta vem jag är! ■



FAKTA OM YASMIN JUNGESTEDT

Ålder: 30 år.

Bor: I trea i Järla Sjö strax sydost om Stockholm.

Familj: Maken Janne, som jobbar som personlig assistent, bonusbarnen Joel, 10, Lea, 12, tvillingarna Oscar och Jonathan, 18, och Martin, 21, samt hunden Blanca.

Yrke: Webbredaktör hos Stiftelsen Spinalis, journalist och föreläsare. Utkom med sin självbiografi "Yasmin – när livet störtdök" 2012. Aktuell med Podcasten Timglaslet som hade premiär i mars där hon intervjuar personer som lever med en funktionsnedsättning. Mer info finns på www.timglasletpod.se

Utbildning: Efter mediegymsnasiet har hon gått grundkursen på Poppius journalistkola och studerat kreativt och akademiskt skrivande ett år på University of California, San Diego.

Fritidsintresse: "Att resa till så många hörn av jorden som jag hinner!"