

Senker skuldrene, setter opp håret

– Her kan jeg slippe meg løs og gå med hestehale! Sammen med de andre ungdommene på Statens behandlingsreiser til Gran Canaria, får Anette Nærby fra Oslo det hun trenger for å mestre hverdagen som ung behandlingsreisende.

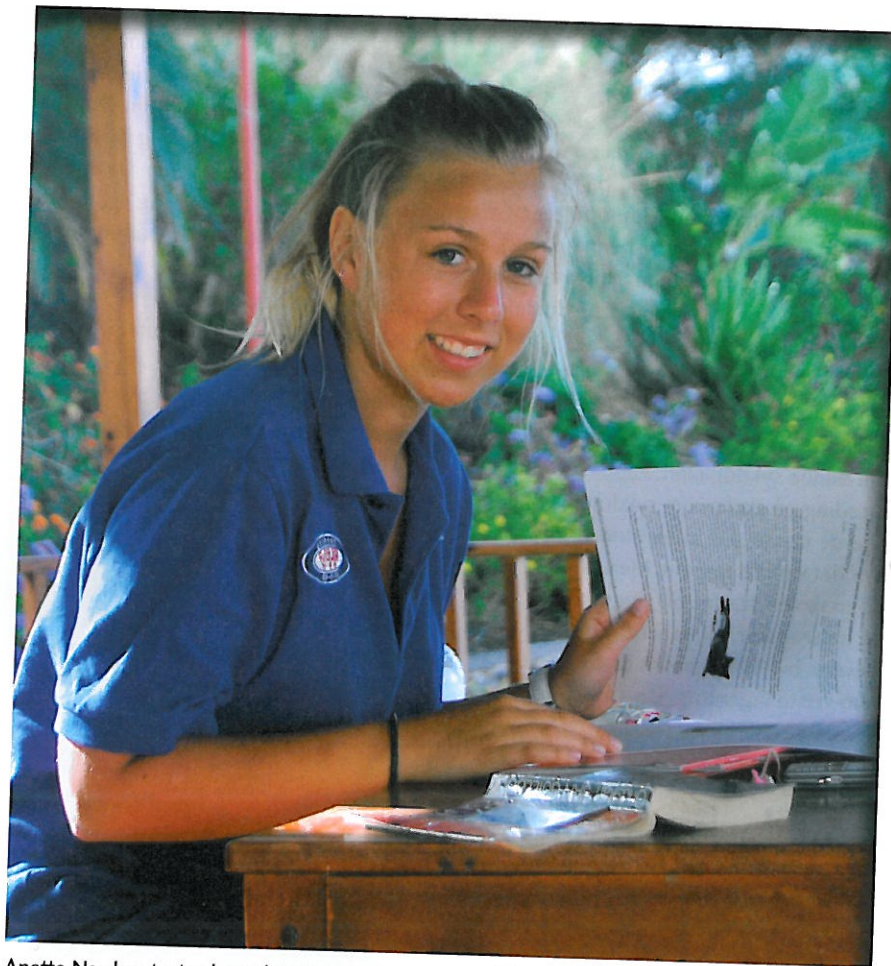
TEKST OG FOTO: RANDI NØRSTEBØ

15 år gamle Anette Nærby er for veteran å regne som deltaker på behandlingsreisene til Gran Canaria. Tveitajenta har ikke mindre enn elleve reiser bak seg og har vært fast inventar på psoriasisgruppene siden hun var et par år gammel. Denne gangen er det imidlertid første gang hun reiser alene, uten foreldrene ved sin side. Og det har uten tvil vært positivt å slippe opphavets beskyttende armer:

– Det var veldig rart i starten, uten mamma og pappa. Men jeg kjenner nå at det er mye bedre å være på ungdomsgruppa i stedet for å være sammen med foreldrene mine, forteller Anette Nærby mens hun soler seg på stranda sammen med nye venner. Hun har snart tre apriluker med sol og sommer bak seg, og nyter de siste solstrålene før hjemreisen til et vintergrått Oslo. Frihet og vennskap er viktige faktorer for at ungdomsgruppene fungerer så godt for jenter som henne, og Anette ramser opp årsakene: – Du får gjøre hva du vil og blir bedre kjent med andre på din egen alder. Du får mer tid til å tenke på deg selv og passe på deg selv, i stedet for at foreldrene kontrollerer deg.

Solingsplikt

Hvert år reiser flere hundre barn og unge på behandlingsreiser til Det Norske Helsesenter på sørspissen av Gran Canaria. Behandlingsinstitusjonen Valle Marina er Astma- og Allergiforbundets eget behandlingssenter. Under opphol-



Anette Nærby starter hver dag med morgengymnastikk og en kort skoledag på Den Norske Skolen før behandlingen starter.

det er pasientene innskrevet ved Rikshospitalet og plikter å følge et eget undervisnings- og behandlingsopplegg. Blant annet legges det vekt på fysisk aktivitet og opplæring i behandling av sykdommen. Valle Marina ligger like ved stranden og ferie-resorten Anfi del Mar. Den krittkvite sandstranda er fraktet til Atlanterhavsøya fra Karibien. Og dette nyter alle deltakerne på behandlingsreisene til Gran Canaria godt av. Akkurat i denne bukta av solskinsøya utenfor vestkysten av Afrika finner man kanskje verdens beste klima. I alle fall for de som sliter med astma, psoriasis eller leddgikt. Området rundt Det Norske Helsesenter er så godt som fritt for pollen, og klimaet er mildt og behagelig året rundt.

Venner gir bedre helse

Plagene fra hudsykdommen psoriasis har gjort at Anette Nærby ofte har blitt ertet på hjemstedet. Derfor gjør det ekstra godt å treffe andre som er i akkurat samme situasjon. På behandlingsreisene er nettopp dette noe av hovedpoenget. Ungdommene kan forstå og støtte hverandre på en helt annen måte enn familie og behandlere kan gjøre.

– Jeg har fått så mange venner på disse reisene. Faktisk er vi blitt gode venner alle sammen som er på ungdomsgruppa, forteller Nærby. – Og venner med samme sykdom er helt nødvendig for å kunne slappe av, fortsetter hun. – Du kan snakke med dem om sykdommen uten å være flau. Sammen med ►