

Flärdskrivaren



Archive for 31 oktober, 2011

Språkligt perfekt

[31 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det händer oftare än vad jag vill vara med om, men tydligen är det svårt att uppfatta vad man säger på sluddrande exilskånska (inte mitt uttryck). En kund fick tolka så expediten verkligen tog fram det jag ville ha – nämligen snus. Och det är alltid snus som man inte uppfattar. Eller, problemet är nog snarare när jag säger "grov". Men egentligen är det lika mycket skånskt som franskt uttal när det kommer till bokstaven R och vokaler med diftong.

Det är bara obildade människor som inte förstår mig.

Category: [Blogg](#) /

Den långa natten

[30 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Just nu är klockan 2.31 och det är normalt看. Mina klockor visar fortfarande sommartid och 3.31. Detta är en lustig timme. Det är enda stunden på året vi kan ta om. Och vad gör de flesta då? Sover!

Själv mår jag inte så där jättebra efter gårdagens lilla tur till affären. Jag har sovit, men oroligt. Ute regnar det, men jag blev väckt av något helt annat. Ett blinkande gult sken i mitt sovrum. Jo, jag sover med ett öga öppet. Det gula skenet visste jag vad det berodde på, men var tvungen att gå upp och kolla om det verkligen var sant. Det var sant. Natten mellan en lördag och söndag, mitt under övergången mellan sommartid till normalt看 (jag säger inte vintertid då det är en felaktig term), så är lilla servicebilen ute. Den som används när alla reklamtavlor ska uppdateras på alla buss- och spårvagnshållplatser. Varför måste det göras nattetid en helg? Och hur kul är det att göra det när det står en massa fulla människor i alla kurer? Det förklarar kanske också varför det blinkande gula ljuset höll på så länge?

Ändå tänker jag mer på jobbet denna natt. På sköterskorna som inte får mer i lön trots att de får jobba en timme extra. Men som får avdrag på lönen motsvarande en timme när normalt看 går över till sommartid på våren. Nej, det jämnar inte ut sig då det inte är

samma personal som jobbar när klockan flyttar framåt, respektive bakåt, en timme. Men att arbetsgivaren slipper betala lön under en timme per år. Åtminstone såg avtalat ut så här för några år sedan. Det kan ha ändrats.

Snart är den extra timmen över. Jag har tre alternativ. 1) Lägga mig och sova. 2) Surfa på nätet. 3) Läs morgontidningen som kom för en stund sedan. Åh, jag gör alltihop. Börjar med 2, därefter 1, för att avsluta med 3. Men jag tror inte jag hinner med allt under den kvart som återstår av den extra timmen. Det jag hann var att skriva ett extra blogginlägg under denna månad.

Category: [Blogg](#) /

Ica tur och retur

[29 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

För första gången sedan [den 25 september](#) har jag i dag gått till Ica. Det var nästan en lika stor pärs nu som då. Skillnaden är att jag inte får panikångest lika lätt (medicineringen?). ☐nnars är det så att jag inte kan gå så långt förrän det börjar snurra i huvudet och ögonen kan inte fokusera. Ork och styrka verkar det inte vara något fel på. Mina reaktioner förstår jag mig inte riktigt på, annat än att det kan vara en del av ms-symtom. Jag är i och försig väldigt otränad även om jag har ork och styrka. Ändå blir ja trött. Men jag har problem med att fokusera blicken och det är det som jag tolkar som ms. Dubbelseende och ögonskakningar. Gamla ms-symtom som kommer tillbaka när jag är trött. Och jag får någon typ av yrsel när ögonen inte hänger med.

☐nledningen till att jag tvingade mig själv till att gå till affären beror på att hemtjänsten inte kan fortsätta att handla till mig i evighet. Eller, jag vill inte det. Och när jag går upp i arbetstid förlorar jag den ledighet som är enda möjligheten för hemtjänsten att komma. En annan anledning är att jag måste utsätta mig för vardagen för att känna mina begränsningar. På detta sätt får jag lite koll på läget och en insikt i hur jag mår. Men det har gått framåt senaste månaden. Sakta, men ändå.

Category: [Blogg](#) /

O+O=O

[28 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Vissa dagar passerar helt utan intryck. Som i dag. Ingenting har passerat min väg. Inga dumma mejl eller brev. Inga märkliga byråkratiska beslut. Inget som hänt i världen har heller kommit till min kännedom. Ändå har jag inte varit isolerad.

Det enda jag noterade i dag är att jag nu haft mitt ms-skov i 20 veckor. Och tre timmar. Men vem räknar?

Category: [Blogg](#) /

Nedkomsten

[27 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Skåda här! Ett underverk för 4 000 kronor!



Duschkranen kom väldigt snabbt när det väl gällde. Det tog fyra månader i byråkratins kvarnar innan jag i måndags fick en offert där Fastighetskontoret givit bifall. Hela installationen (Det är verkligen en installation – så vackert!) tog exakt (jag menar exakt) fem minuter. En lång graviditet där förlossningsvärkarna snabbt följdes av själva förlossningen. Kan man säga. Och den var kostsam även om jag inte behöver betala ett öre. Barnmorskan måtte ha fått bra betalt eftersom kranen i sig går på cirka 2 000 kr.

Det som stör mig mest i dag är smärtan som återkommit (Har den egentligen någonsin varit borta?) i magen. Jag har övermedicinerat men är ändå inte hjälpt. Och jag som tar så mycket annat också. I dag kommer jag att ha tagit åtta tabletter (minst), två sprutor och pulver vid två tillfällen utrört i vatten.

En utav sprutorna var influensavaccinet. När jag skulle hem från jobbet kunde jag inte låta bli att fråga sköterskan som gett mig sprutan:

- Kan jag ha fått allergisk reaktion av sprutan? För plötsligt tål jag inte jobbet och känner för att åka hem.

Category: [Blogg](#) /

Lugnt men kaotiskt

[27 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det känns som att gå upp mitt i natten kl. 6.30. Tre anledningar:

1. Jag brukar gå upp kl. 05 när jag arbetar (heltid), vilket var ett tag sedan.
2. Det var sommar och ljus ute när jag senast arbetade normalt.

3. På grund av sjukskrivningen har jag andra arbetstider och brukar inte stiga upp förrän mellan kl. 08-09.

Så varför är jag uppe så "tidigt" i dag? Rörläggaren ska komma och byta min duschkran. När vet jag inte, de trodde förmiddag om de alls kom. Problemet är att jag måste till jobbet också. Kanske det nu blir jätterörigt och kör ihop sig, men jag är något förberedd genom att sitta färdig både för rörläggare och arbete. Och färdig har jag varit sedan 07. Förmiddagen kan bli dryg om inte rörläggaren kommer.

På jobbet ska jag få besök också i dag. Jag är otroligt jagad nu när jag är tillbaka 25 %. Tänk, jag ser fram emot den dag då jag får sitta ner och gå igenom det som samlats på hög. Min urakuta inkorg på skrivbordet har fått delas till två högar för att inte rasa. Sedan är där ju också det där som har lägre prioritet men som måste göras. ☐tt ha så mycket inbokade besök ingår väl i kategorin urakut, men det stjälar tid. Kanske för att alla samtal spårar ur och plötsligt handlar om något annat än det som skulle avhandlas.

☐ndra små åtaganden för dagen är att betala räkningarna, vilket jag hunnit göra nu på morgonen. I övrigt ska jag i dag ta influensavaccin som jag får gratis som personal. Och som jag också behöver p.g.a. nedsatt immunförsvar. Mer sprutor – jag måste till apoteket och hämta ut min bromsmedicin.

Dagen lär gå, men jag är lite stressad då det där med rörläggaren kom lite hastigt. När jag ringde dem i går verkade allting bli missuppfattningar och misstolkningar. De ringde dock tillbaka lite senare och redde ut begreppen vilket resulterade i dagens späckade schema. För mig är det mycket. Det är jobbigt nog att arbeta 25 %. Och samtidigt – det mesta av dagen handlar om väntan.

Category: [Blogg](#) /

Ni får sätta rubrik

[26 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / [2 comments](#) / [Edit](#)

Vad är det jag inte förstår av följande ekvation?

Jag har varit sjukskriven heltid under oktober men började arbeta 25 % nu när det återstod åtta dagar av månaden. Borde jag då inte få lön för dessa 25 % som jag arbetat/arbetar under en vecka och en dag?

Hur ser då min lönespecifikation ut som jag fick i dag? Jo, jag får 0 kr i lön och är skyldig arbetsgivaren 2 000 kr som de automatiskt drar på nästa månadslön! Hur i **HELVETE** räknar de på lönekontoret?! Om nu detta är en korrigering på något tidigare räknefel som de gjort, så har de då inte meddelat mig. Det enda jag vet är att jag för två veckor sedan anmälde till lönekontoret att jag skulle börja arbeta 25 % från

111023. Och att det där felet de upptäckt med att jag under fem månader fått för mycket i lön, skulle korrigeras först efter att man räknat ut hur mycket jag är skyldig och att jag skulle bli meddelad beloppet innan de gjorde något mer. De två alternativ som fanns, var att jag skulle få faktura på beloppet, eller få avdrag på lönen under december-februari.

Så, en stilla undran – vad håller de på med?

Category: [Blogg](#) /

Telefoni

[26 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Och jag som avskyr att ringa samtal! Men ibland måste man. Och ibland samlar man det på hög. I en och en halv timme har jag ringt runt:

- Fixat så att fönsterputs tidigareläggs eftersom jag efteråt måste till jobbet.
- Fått en faktura justerad där man ändrade från 300 kr till 20 kr.
- Pratad med Försäkringskassan om de fått in intyget med förlängd sjukskrivning eftersom min vårdgivare gjort misstaget att inte sända intyget via mig. (FK hade fått intyget och beviljat det).
- Bokat flärdtjänstresa till jobbet i morgon.
- Kontaktade kollega på jobbet som köper lunch till mig i morgon eftersom jag inte är framme förrän en timme efter lunchförsäljningen.
- Bokat in rörläggaren som ska byta min duschkran.

Har jag ringt fler? Jag börjar bli lite förvirrad. Det var kanske lite väl många att ringa på en gång.

Sistnämnda punkten gör mig extra förvirrad. Jag meddelade rörläggaren om att de skrivit en offert som jag nu vill omvandla till en order. "Visst, visst, hette du Anders, var det en duschkabin som skulle bytas, nähå, ett badkar, ja så en kran, det får vi komma och titta på". Inget stämde. "Jonas, duschkran, ni har redan tittat på det, ni har ju skrivit en offert", fick jag skrika. Det var en dålig mobil jag ringde till där det pratades väldigt högt i bakgrunden. När eller om de kommer vet jag inte. De skulle höra av sig. Hur vet jag inte. Dyker de bara upp? Ringer de? Byter de kran eller ska de titta en andra gång på jobbet som ska göras? Jag tror och hoppas ingenting just nu.

Nu kan jag återgå till att vara ledig. Jag har ingen arbetsdag i dag. Och det finns inte fler samtal att ringa.

Category: [Blogg](#) /

Fokus i dag

[25 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Jämfört med i går har det känts helt underbart i dag. Men så tog jag också fem olika läkemedel i dag mot gårdagens tre. Så nu vet jag vad jag måste pumpa i mig för att klara av att jobba 2½ timme. Tröttheten försvann och jag kunde plötsligt gå – och orka gå! Smärtan försvann också, mer eller mindre. Den kom först efter jobbet.

Det kändes som förr i tiden (typ maj i år) då jag kunde springa runt på jobbet utan att ta stöd mot väggarna.

Det blev lite stressigt när jag kom till jobbet. Bilen var försenad med en kvart och jag var inte framme förrän då jag skulle börjat jobba. På mitt rum satt redan folk och väntade på mig eftersom jag skulle ha besök i dag. Innan jag hann stämpla in eller ta av mig ytterkläderna, fick jag fixa fram kaffe. Därefter fick jag springa i väg för att byta om till arbetskläder samt stämpla in. Jag tror vårt möte var givande även om jag kom med andan i halsen och inte hunnit förbereda mig.

Dessutom kan jag konstatera att det visst gick att arbeta två dagar på rad! Efter den hemska gårdagen trodde jag inte ens att jag skulle överleva natten. Men jag har sovit gott och då passade gårdagens smärta på att försvinna. Dock vet jag inte riktigt vad jag ska tycka när det gäller hur mycket medicin jag tagit för att fungera. Jag funderar lite på att kontakta min läkare (som om jag skulle nå henne efter att ha misslyckats i ett halvår) för att öka på min epilepsimedicinering som kanske kan ta bort smärtan helt och fullt.

I morgon är jag ledig. Det lär bli den stora diskdagen då det varit nedprioriterat nu när jag faktiskt jobbat hela fem timmar under två dagar. Och så ska jag fortsätta läsa mitt [loggarkiv](#) från början och lägga ut efter viss redigering. Nu är jag inne på augusti 1999. Vågar jag tänka på hur mycket där är att läsa? För att få perspektiv:

1. Februari 1999
2. Mars 1999
3. April 1999
4. Maj 1999
5. Juni 1999
6. Juli 1999
7. Augusti 1999
8. September 1999
9. Oktober 1999
10. November 1999
11. December 1999
12. Januari 2000
13. Februari 2000
14. Mars 2000
15. April 2000
16. Maj 2000
17. Juni 2000

18Juli 2000
19Augusti 2000
20September 2000
21Oktober 2000
22November 2000
23December 2000
24Januari 2001
25Februari 2001
26Mars 2001
27April 2001
28Maj 2001
29Juni 2001
30Juli 2001
31Augusti 2001
32September 2001
33Oktober 2001
34November 2001
35December 2001
36Januari 2002
37Februari 2002
38Mars 2002
39April 2002
40Maj 2002
41Juni 2002
42Juli 2002
43Augusti 2002
44September 2002
45Oktober 2002
46November 2002
47December 2002
48Januari 2003
49Februari 2003
50Mars 2003
51April 2003
52Maj 2003
53Juni 2003
54Juli 2003
55Augusti 2003
56September 2003
57Oktober 2003
58November 2003
59December 2003
60Januari 2004
61Februari 2004
62Mars 2004
63April 2004
64Maj 2004
65Juni 2004
66Juli 2004
67Augusti 2004
68September 2004
69Oktober 2004
70November 2004
71December 2004

72Januari 2005
73Februari 2005
74Mars 2005
75April 2005
76Maj 2005
77Juni 2005
78Juli 2005
79Augusti 2005
80September 2005
81Oktober 2005
82November 2005
83December 2005
84Januari 2006
85Februari 2006
86Mars 2006
87April 2006
88Maj 2006
89Juni 2006
90Juli 2006
91Augusti 2006
92September 2006
93Oktober 2006
94November 2006
95December 2006
96Januari 2007
97Februari 2007
98Mars 2007
99April 2007
100Maj 2007
101Juni 2007
102Juli 2007
103Augusti 2007
104September 2007
105Oktober 2007
106November 2007
107December 2007
108Januari 2008
109Februari 2008
110Mars 2008
111April 2008
112Maj 2008
113Juni 2008
114Juli 2008
115Augusti 2008
116September 2008
117Oktober 2008
118November 2008
119December 2008
120Januari 2009
121Februari 2009
122Mars 2009
123April 2009
124Maj 2009
125Juni 2009

~~12~~uli 2009
~~12~~Augusti 2009
~~12~~September 2009
~~12~~Oktober 2009
~~13~~November 2009
~~13~~December 2009
~~13~~Januari 2010
~~13~~Februari 2010
~~13~~Mars 2010
~~13~~April 2010
~~13~~Maj 2010
~~13~~Juni 2010
~~13~~uli 2010
~~13~~Augusti 2010
~~14~~September 2010
~~14~~Oktober 2010
~~14~~November 2010
~~14~~December 2010
~~14~~Januari 2011
~~14~~Februari 2011
~~14~~Mars 2011
~~14~~April 2011
~~14~~Maj 2011
~~14~~Juni 2011
~~15~~uli 2011
~~15~~Augusti 2011
~~15~~September 2011
~~15~~Oktober 2011

Jag får väl säga att det är ett projekt. Och att jag bli imponerad över alla de som följt mig under alla år och som fått utstå läsa all smörja. Tänk, jag ska snart påbörja månad nr 154!

Category: [Blogg](#) /

Orkeslös

[24 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Ska jag säga något om dagen som varit, så får jag väl säga att jag är missnöjd med den. Trots att jag äntligen kunde påbörja min upptrappning i att återgå i tjänst.

- Natten blev som jag trodde. Ingen sömn efter att ha druckit kaffe kl. 19. Jo, tre timmar sov jag nog.
- Den närmaste vägen till jobbet är avstängd mellan 17 oktober till december. Anledning för mig okänd.
- Ändå var jag på jobbet en timme för tidigt. Det är omöjligt att få till vettiga tider med flärdtjänsten.
- På jobbet satte jag mig ner på min stol varvid vägghyllan föll ner i nacken på mig. Nej, jag blev inte träffad eller skdad. Mina vägghyllor bägnar av tyngden (pärmar och böcker) och skruvarna höll inte när stolen råkade nudda vid hyllan.

Jag kommer nu att begära golvhyllor.

- De få timmar jag var i tjänst stod folk i kö in till mig. Fyra månaders arbete väntar mig och många har räknat ut exakt när jag skulle börja jobba och ville inte vänta någon dag till.
- Efter att ha stämplat ut gick jag till apoteket där kön var ovanligt lång. Vid det här laget var jag väldigt påverkad av både trötthet (utmattning) och smärta. Jag ville att de skulle beställa hem mina sprutor till mig. Snabbt och enkelt, trodde jag. Förutom att farmaceuten lämnade mig plötsligt för att hjälpa någon annan under, tja en kvart? När hon kom tillbaka sa hon att jag redan gjort en beställning på något annat som jag inte hämtat. Nej. Fel. Som vanligt fick jag hjälpa dem reda ut de misstag de själva gör. Det hör liksom till att de inte har en aning om någonting på apoteket.
- En och en halvtimme fick jag vänta på flärdtjänsten efter jobbet. Som sagt – det är hopplöst att boka bilar just nu, förmodligen p.g.a. att jag ska jobba så få timmar åt gången. Sa jag att jag är utmattad? Då kan jag inte tänka eller gå.
- Chauffören som skulle hämta mig inkomhus låtsades inte om mig. Trots att jag satt ensam i den lilla entré som jag begärt att bli hämtad i. I stället sprang han ifatt en personal och frågade efter entrén. I entrén. Personalen svarade "vet inte, du får vända till till informationstisken (annan adress)", varvid chauffören försvann. Utan att ha frågat efter mig eller ens tittat åt mig när han klev över mina fötter för att passera mig två gånger (på väg in och på väg ut). Efter en kvar kom chauffören tillbaka och då frågade han mig om jag visste vad som stod på hans lapp. Då såg jag att det var mig han skulle hämta. Förresten – har de lagt ner SFI?
- Hemresan var en rysare. För första gången i dag kände jag av min panikångest. Han hade ingen koll på bilens läge eller om det befann sig andra bilar i de filer han bytte till.

I morgon är det dags igen. Det mesta av ovan ska repriseras.

Min tanke efter dagen är hur jag ska orka börja jobba igen? Två och en halv timme känns för mycket. Tänk om jag inte blir bättre av att mjukstarta så här? Tänk om jag blir sämre igen?

Category: [Blogg](#) /

Åter i tjänst

[23 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det blev endast en runda till soprummet i dag på förmiddagen. Mer vågade jag inte även om det var friskt och skönt ute. Jag valde att spara min energi till något annat som också tar rejält på krafterna. Nämligen att raka mig. Den korta stund det tar spänner jag mig väldigt i de dåliga benen som sedan i stort är förbrukade resten av dygnet. Jo, jag har fortfarande besvär efter inflammationerna i hälsenan och skenbenet. Efter rakningen gick jag in i duschen, vilket också är ansträngande. Så jag fick ont i magen (den neurogena hudsmärtan).

Frågan är om jag kan sova i natt? Efter sopslängningen somnade jag ett par timmar (tre för att vara exakt). I kväll hade jag början till huvudvärk och fick därför dricka kaffe

alltför sent på dygnet. Och i morgon ska jag börja jobba då det nu gått en månad sedan jag var på akuten och blev sjukskriven "på riktigt". Kombinationen av allt detta gör att jag fasar inför natten. Första dagen på jobbet vill jag vara utvilad.

Om jag är bra nu? Nej. Men förmodligen så bra som jag kan bli. Just den tanken är deprimerande. Så den tänker jag inte på.

Det börjar bli riktigt nu att läsa bloggarkivet. Jag är inne på juli 1999 och redigerar. Och jag saknar Kristianstad. Eller om det är minnet av det.

Category: [Blogg](#) /

Otäckt ute

[22 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / [4 comments](#) / [Edit](#)

Planen är att jag ska försöka tvinga mig ut i morgon. För första gången på veckor. Eller, jag har varit ute två gånger senaste veckan. Och det är jobbigt, riktigt svårt. Samtidigt behöver jag det, men jag fasar. Lite har jag väl börjat kunna bemästra panikångesten, men det är värre med ören. I morgon ska jag försöka ta mig till Ica där jag inte varit på månader. Sist fick jag en rejäl panikångestattack. Minnet av det skrämmar mig lite.

På måndag börjar jag arbeta igen. Det är egentligen där jag kan träna upp min örk. En trygg miljö med människor jag känner omkring mig. Ändå ska jag försöka mig på en ansträngning redan i morgon. Om inte annat så behöver jag slänga lite spörr.

Category: [Blogg](#) /

Oväntat?

[21 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

När jag läser mitt dagboksarkiv från 1999 upptäcker jag också vad som är största skillnaden mot vad jag skriver i dag. Jag skriver faktiskt inget om jobbet. Öndra kanske vill påstå motsatsen, men faktiskt – jag skriver inget om jobbet! Jo, men bara indirekt. Under 1999 skrev jag väldigt mycket om vad jag tyckte om de arbetsuppgifter jag hade, vad jag tyckte var fel med sjukvården (som berörde min arbetsplats) och jag skrev väldigt mycket om arbetskamrater. Jag till och med namngav dem och återgav samtal vi haft på jobbet.

Varför gör jag inte det längre? Självzensur. Respekt. Och så finns där inget att säga. Ingen pratar med mig på min arbetsplats. Detta det sistnämnda kan väl ses som möbning, men jag bryr mig inte så mycket. Jag har inte tid. Så jag fortsätter att indirekt beskriva mitt jobb där jag berättar om hur jag känner om dagarna, men jag går inte in på dynamiken arbetskamrater emellan.

Category: [Blogg](#) /

Uppföljning stupidii

[21 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Eftersom jag tre gånger denna vecka skrivit om byråkratins vedermödr, så kanske jag borde göra en uppföljning?

Duschkranen ([2011-10-17](#))

I dag fick jag ett skriftligt bifall för byte av duschkran. Jag får själv se till att beställa jobbet och få det utfört. Därefter kan jag begära att kommunen betalar, men bara den summa som står på offerten.

Högkostnadsskydd ([2011-10-18](#))

Jag ligger efter. Först i dag kunde jag få ett frikort (eller, det ligger på mitt skrivbord när jag kommer till jobbet på måndag) och kan nu ringa och få en faktura makulerad (eller, jag kan inte ringa förrän på måndag när jag har frikortet i min hand). Det tar tid att följa de nya rutiner som gäller när sjukvården tar bort kassafunktionerna.

Lönespecifikationerna ([2011-10-19](#))

Det enda jag vet är att jag blir återbetalningsskyldig 800 kr för fem månader samt för felaktigt utbetald sjuklön. Ovanpå det blir jag återbetalningsskyldig felaktigt utbetald sjukpenning av FK. Eftersom jag just nu inte har lön får jag förmodligen en faktura på hela summan att betala på en gång, istället för avdrag på lönen under tre månader. Lönekontoret håller fortfarande på att utreda det inträffade och ska göra justering där de ännu inte vet hur mycket jag är skyldig.

Det sistnämnda gör att jag faktiskt på allvar söker andra tjänster hos annan arbetsgivare som har fungerande löneutbetalning och där de inte ständigt gör fel. Varför det blir fel kan ingen förklara för mig. Ett skäl som framförs är att lönekontoret flyttar runt och ständigt byter ut personal. Så de skyller på sina kollegor samtidigt som de själva gör nya och egna fel. Och så skuldbelägger de mig som inte förstår lönespecifikationerna och de mystiska "förklaringstexter" som står jämte lönesummorna. Men?! Jag ringer ju och ingen kan förklara det på lönekontoret heller.

Jag vet inte om jag får pengar alls de närmaste månaderna. Det jag kan glömma är de där nya glasögonen som jag är i så stort behov av. Eller den där nya soffan som måste ersätta den trasiga jag har i dag. Eller den där nya teven som skulle ersätta nuvarande som tappar ljudet hela tiden. Just nu kan jag bara sträva efter att försöka betala hyran. Det är inte mycket pengar jag fått för mycket, men räknar man ihop det så blir det förmodligen en hel del. Som ska återbetalas direkt.

Om jag bara kunde säga "jag har åtminstone min hälsa".

Category: [Blogg](#) /

Hjärnskändad?

[20 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Mina funderingar på Facebook senaste dygnet.

Jag är så där lagom trött som man bara kan vara när man är halvt medvetlös.

Att sova är som att inte vara riktigt vaken.

Subtilitet: Att säga vad man tycker och sedan se till att komma utom räckhåll innan den andre förstår vad man menar.

Att prata skånska är en subtilitet.

Den som får Botox injicerat i ansiktet – kan den personen fortfarande säga "gammal är äldst"? Eller spricker ansiktet då?

Är jag den manliga motsvarighetent ill Muntazami? När får jag göra reklam för ett resebolag?

Category: [Blogg](#) /

Paviljongen 25 år senare

[20 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det känns lite sorgligt. Jag nåddes av nyheten i dag att Paviljongen rivits. För den som inte förstår:

När jag gick på gymnasiet gick jag på [Söderportsskolan](#). Förutom själva huvudbyggnaden fanns också Söckerbiten, Flickskolan och Paviljongen. Min huvudplacering var på Flickskolan (en före detta flickskola alltså) där jag läste bl.a. eknemi och handel. Men röligast var det i Paviljongen, för där läste jag kontorskunskap och maskinskrivning. Det som kommit att bli grunden i mitt yrkesverksamma liv. Ja, maskinskrivning som begrepp kan i dag diskuteras.

Tre år senare återvände jag till Paviljongen för utbilda mig till läkarsekreterare. I princip hade vi alla våra lekturer där. Det var där vi satt vid våra skrivmaskiner och tränade på att skriva journaler.

Så Paviljongen har betytt mycket för mig. Det värsta av allt är att jag kom där förbi i maj när jag var ”hemma”, men jag har inget minne av att jag ens såg åt Paviljongen. Som nu rivits.

Okej, jag får nog släppa nostalgin. För jag brydde mig nog aldrig förrän jag nu fick veta att byggnaden rivits. Och jag vet inte hur mycket baracken (Paviljongen var en tillfällig lösning i form av en barack p.g.a. stora och många klasser) förfallit sedan jag senast var där för 19 år sedan.

Jag kan heller inte förstå att det redan gått 25 år sedan jag började gymnasiet.

Category: **Blogg** /

Något bättre - tillförsikt

[19 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det var annorlunda att ta sig till jobbet i dag. Jag blev inte lika extremtrött och fick inte panikångest. (Ett jag fick ont behöver vi inte nämna här och nu). Därför känns det nästan lustfyllt att tänka på att jag får återgå i tjänst nästa vecka. Just nu är jag ute efter ”normalitet”. Det tråkiga med att gå hemma är att tiden går utan att man känner att man uträttat något.

Rädslan finns där ändå. Över att jobba. Jag vet, en paradox till vad jag precis skrev. Det som skrämmer mig är om jag tillåts ta det lugnt när jag är tillbaka på arbetet. Även om jag kan säga nej och sätta gränser, så blir det en stress över att veta att man är behövd. Ett där finns arbetsuppgifter som jag måste göra, förr eller senare. Tröts allt har jag fyra månaders arbete som ligger på hög. Jag vill inte att den högen växer innan jag hunnit bli ännu lite bättre. För mitt mål är inte att kasta mig över jobbet, utan jag vill successivt bygga upp min ark för att mäta med det som väntar mig i form av arbetsuppgifter

Nej, jag tror inte att jag får ta det lugnt eller slippa känna stress. Ett par timmar per vecka har jag besökt jobbet under min sjukskrivning, och man låter mig inte vara ifred. Det är tusen frågor som ska besvaras. I dag såg jag hur många bet sig i tungan när de förstod att jag kommer på måndag. De väntar till dess. Redan innan funderade jag på att sätta upp könummer utanför min dörr.

Vad är det första jag ska göra när jag börjar jobba på måndag? Damma. Tröts störstäd fem veckor sedan plus veckostädning, så blir där aldrig städad. Lkalvårdare får inte damma. Efter fyra månader är där... smutsigt. Och i det ska jag sitta. De måste ha ett mäktigt fack. I mötsats till Visiön som är mitt fack. Mitt fack har väl bara en visiön om att det ska städas.

Tusan! Varför vill jag återgå i tjänst? Visst, ja. "Normalitet".

Category: [Blogg](#) /

Förstätt byråkrati stupidii, del 3

[19 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

För tredje dagen på rad får det bli en text om idioti. Frågan är vems?

Min lönespecifikation har jag gjort mig något kånfunderad. Jag har inte ifrågasatt den eftersom det inte verkar vara meningen att man ska ifrågasätta den. Tidigare år då jag ifrågasatt uppgifterna, har jag bara fått höra "bry dig inte, vi har gjort rätt och du behöver inte veta". Då slutade det med att jag fick betala tillbaka lön eftersom de inte dragit tillräckligt när jag haft karensdagar. Tusenlappar för flera år tillbaka drögs från min lön för att rätta till lönekontrets misstag.

Den här gången kände jag att jag måste ringa och fråga. Jag vet att jag har lönepåslag utöver min grundlön eftersom jag har arbetsuppgifter/ansvar som inte ingår i grundtjänsten. Hur mycket påslag jag fått har jag inte varit medveten om då jag aldrig fått se några beslut på det hela. Jag har inte ifrågasatt. Jag har förutsatt att det stämt.

Inledningen till att jag i dag ringde lönekontret berör på att jag ska uppge årsinkomst till Försäkringskassan. Och på min lönespecifikation står det:

- Arvode särsk beslut (XX kr)
- Lönetillägg (XX kr)

På "lönetillägg" står det 75 %. Inget för "arvode". Min fråga var alltså om jag får de summor som det står på lönespecifikationen eller om procentsatsen är rätt/fel.

På lönekontret blev man väldigt upprörda. Tydligen kan man inte ha både arvode och lönetillägg samtidigt. Nu ska de gräva ner sig de skrivna beslut som finns kring min tjänst och som jag själv inte är medveten om då jag aldrig sett dem. Preliminärt fick jag höra att jag blir återbetalningsskyldig. Cirka 5 000 kr. Varför vet jag inte. För jag vet inte vad som är fel. Om det är fel. Jag har verkligen ingen aning, men det känns surt att de upptäcker ett fel som de gjort och som jag inte varit medveten om och nu blir återbetalningsskyldig. För min ursprungliga fråga var egentligen vad jag har i bruttolön inkl. tilläggen. Då FK vill veta min årsinkomst. Och som jag redan meddelat dem. Vilket varit felaktigt. Och som betyder att jag fått för mycket i sjukpenning. Och blir återbetalningsskyldig även det.

Nej, jag vet inte vad jag själv skulle ha kunnat göra för att kontrollera vad som är rätt och riktigt gällande min lön och min lönespecifikation. Oavsett hur jag gör så upptäcker de alltid långt senare att de gjort fel och att jag genast ska betala tillbaka en massa pengar. Jag sa till chefen att jag härnäst vill ha kontant lön utbetald där de

får räkna upp pengarna för mig och säga vad det är jag får betalat för. Jag vill ha motivering till min lön, för varje utbetald krona.

Det verkar som om det bara är jag som råkar ut för sådant här på jobbet. Jag tror att det beror på två faktorer: 1) Vi har haft en väldigt inkompetent löneförrättare (eller flera, de upptäcker varandras fel). 2) Jag verkar vara ett okänt undantag som har 25 % pension, Särskilt högkostnadsskydd via FK och en tjänst med lönetillägg.

Varken lönetillägget eller arvodet specificerar på lönespecifikationen. Därför vet jag inte vad som döljer sig bakom de begreppen. Tydligt är lönetillägget korrekt, men arvodet betyder visst "för tillkommande tjänstgöring" eller nåt. Men jag har ju en utökad tjänst med ett speciellt och specifikt uppdrag? Nej, jag ska nog inte förstå. Bara betala tillbaka en massa i lön.

Category: [Blogg](#) /

Byråkratia stupidii part deux

[18 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det känns som om jag är extra utsatt för idioti.

Bakgrund: När man betalat 900 kr till sjukvården kommer man upp i högkostnadsskydd. För cirka en månad sedan var jag på akutmottagningen och hade då betalat 580 kr fram till dess (vårdcentralen, min sjukhusdoktor och arbetsterapeut). Nu är det så att på akuten har man tagit bort kassan, så de skickar faktura i efterhand. Men jag besökte akuten vid två tillfällen på en vecka. Och kunde inget säga eller göra när jag kom upp i högkostnadsskyddet.

Nu har jag fått en räkning på 600 kr. Hur gör man då? Jag har ju för länge sedan passerat högkostnadsskyddet. Jo, med fakturan bifogades ett foljebrev:

1. Jag ska inte betala de 600 kr som jag fakturerats. Jag ska istället betala summan som är mellan 580 kr och 900 kr, d.v.s. 320 kr.
2. Eftersom jag betalar över nätet måste jag skriva ut kvittot på det jag betalat, alltså de där 320 kr. Det har jag gjort under kvällen.
3. I morgon ska jag skynda (!) mig till närmaste vårdinrättning för att de ska räkna ihop mina kvitton (580 kr + 320 kr). Därefter ska de utfärda mitt frikort. Inte känner jag för att springa till vårdcentralen, utan jag fixar det på jobbet i morgon som jag ändå ska besöka. Vi har en kassa där frikortet kan utfärdas.
4. Sedan måste jag skynda (!) mig hem och kasta mig över telefonen och ringa akutmottagningen för att få 600-kronorsräkningen justerad till 320 kr och resterande 280 kr (som är för mycket på räkningen) makulerade.
5. Sedan ska jag kunna slappna av efter detta maratonlopp.

Jag vill inte påstå att detta är särskilt smidigt. Visst, det är bra att kassorna försvinner, men det ställer till det när det rör högkostnadsskyddet och utfärdandet av frikort. Jag undrar lite om de räknar med att man inte bryr sig utan bara betalar. Det skulle innebära att landstingskassan får ett tillskott, men högkostnadsskyddet är lagstadgat. Då är det ovärdigt att krångla till möjligheten att utnyttja sin rättighet. För krångligt är vad det blir.

Varför bryr jag mig? Det handlar om principer. Man bör inte lägga på patienten en börda när man förenklar genom att ta bort kassorna. Det som förenklar för personal ska inte försvåra det för patienten.

Nej, jag behöver egentligen inte bry mig. För jag har fri sjukvård genom min anställning. Upp till 900 kr. Så när patienter får betala 900 kr som mest under ett år, får jag betala 0 kr (egentligen återbetalning på lönen vid uppvisande av kvitton). Så bryr jag mig inte om strulet ovan, utan betalar 600 kr, så har jag i slutändan betalat 280 kr istället för de 900 kr som patienter får betala. Så egentligen borde jag inte gnälla. Men det handlar om principer. Jag är principfast. Närmast rigid. Rätt ska vara rätt. Och det borde vara enkelt. Det värsta är att jag själv måste räkna ut hur mycket jag är skyldig sjukvården då räkningen är felaktig.

Category: [Blogg](#) /

Capture this

[18 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)



Klockan är 09.00. Jag sitter vid datorn och dricker kaffe (Icas Skånerost, mjölk i kaffet). Behöver jag säga att jag fryser? Och att det är regnigt, mörkt och kallt ute. För att inte tala om blåsten. Är det i dag hösten kom?

Morgonen har varit lite jobbig. Redan kl. 05 vaknade jag med huvudvärk som inte svarade på ☐lvedon. Förmodligen har jag haft migrän under natten vilket förklarar en

del. Vid 06-tiden kröp jag ner under täcket igen och lyckades precis somna när ett sms kom. "Grattis på födelsedagen Robban". Kom sms:et från Robban eller är det Robban som fyller år? I vilket fall som helst fyller jag inte år, heter inte Robban och känner ingen som heter Robban.

Nu börjar jag känna av att nästa vecka är en arbetsvecka. Även om jag ska smyga in jobbet med att först bara jobba 25 %, så är jag rädd för stress. ☐tt jag blir överfallen av jobb då jag bara jobbat 9 hela dagar sedan juli. Jag tror att jag behövs under min frånvaro med tanke på att jag inte haft ersättare. ☐rbetsuppgifter kan jag skjuta ifrån mig, men det är värre med människor om de är påträngande när de upptäcker mig.

Finns där någon oro med att återgå i tjänst? Jo, en sak. Om tre veckor ska jag undervisa i något som jag inte har en aning om själv. I förra veckan såg jag att en deltagarlista var fulltecknad. Så förutom att jobba 7½ timme per vecka, ska jag plugga in en hel föreläsning som ska vara i fyra timmar. Innan jag blev dålig tyckte jag om den här typen av utmaning. Min tanke just nu är "hur ska jag orka".

Nu är kaffet slut. Huvudvärken oförändrad. Och nätet lite mer nedskräpat med onödig text.

Category: [Blogg](#) /

Inget nytt

[17 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

När jag kom till den 15 maj 1999 i mitt bloggarkiv, läste jag följande:

"Det svåra är att försöka mota panikångesten som då vill komma till".

Jag har hela tiden trott att panikångest är något nyttillkommet. Ändå har jag ofta refererat till det i bloggen, även om ovan är det tidigaste jag funnit något om det. Varför kommer jag inte ihåg det? Hur kan man glömma panikångest? Kanske för att det är först i sommar som det blossat upp ordentligt där jag inte kan stå emot impulserna.

Den röda tråden i min panikångest har jag också funnit ut. Varje gång jag känner att ett symptom i min ms blir okontrollerbart får jag panikångest. Eller varit på väg att få det. I sommar (enligt SMHI:s definition har jag fortfarande sommar) har jag blivit så utmattad att det tillsammans med ms-skovet och komplikationerna, gett panikångesten fritt spelrum.

Den svåraste biten jag har framför mig just nu är att stoppa ner panikångesten i påsen igen. Men som vanligt märker jag inte av den så länge jag inte går ut. Och ut måste jag. Planen för i morgon är att gå ut och köpa lite färsk fisk på torget. För det utsätter jag mig gärna för risken att drabbas av panikångest. Mmm... Fisk...

Category: [Blogg](#) /

Byråkratia stupidii

[17 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / [3 comments](#) / [Edit](#)

Ett problem jag haft de senaste fem åren rör min dusch. Kranarna skruvas åt så hårt att jag med min dåliga motorik har svårt för att sätta på vattnet i duschen. Det är hemtjänstens fel.

Därför var jag hos arbetsterapeut i början av sommaren för att få ett intyg om att byta ut kranen till engreppsblandare. Intyget fick jag i juli. Blankett för ansökan fyllde jag i och lämnade in till bostadsvärden i augusti. Sedan har jag inget hört.

I dag ringde rörläggaren kl. 09 då han ville komma och titta på min dusch. Nej, han skulle inte byta något, men han behövde skriva en offert. Därför kom han kl. 10.35 och gick kl. 10.36. Längre tid tog det inte att titta på min dusch.

Vad händer nu? Jo, rörläggaren ska skriva en offert och lämna in till kommunens fastighetskontor. Godkänner de offerten och att jag får byta till engreppsblandare, så får jag ringa rörläggaren som kommer och gör bytet. Och kommunen får betala kostnaden. Frågan är hur många månader till jag måste vänta? Tänk, att få byta en duschkran tar cirka sex månader. Något jag anser att fastighetsägaren ska göra själva, men som de vägrar. □lltså måste jag gå den här långa vägen för att få till stånd en ändring.

Det löjlga är att det hela handlar om vem som ska betala. Kommunen eller det privatkommunala bostadsföretaget? Pengarna tas ur samma kassa.

Category: [Blogg](#) /

Läget

[16 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / [Kommentering avstängd](#) / [Edit](#)

Hur mår jag egentligen? I dag var jag själv tvungen att stanna upp för att känna efter. En fråga jag också ställer mig, är om jag är eller har varit allvarligt sjuk. Svaret är väl både ja och nej. Och att jag inte vet.

Med tanke på allt som varit, så mår jag nu väldigt bra. Typ. Det har varit värre och kan bli betydligt bättre. I fredags kom en vändning när smärtan försvann (fortfarande öm).

Så det som kvarstår är bristen på fysisk ork (ingen kondition) och panikångest som dock bara kommer när jag går ut. Jag går inte ut. Jag borde, men det handlar om den fysiska orken.

Jag tror också att jag lever upp lite och känner mig mer mentalt stark eftersom där finns ett ljus. Om en vecka får jag börja jobba igen även om det bara är 2½ timme per dag. Det känns lugnt nu när det finns en plan och ett mål. Och att det får lov att gå sakta. Slutmålet är heltid från den 1 december.

Mitt halvår: Ms-skov med högersidig förlamning och neurogen smärta ben och mage. Inflammerad hälsena. Följt av inflammerat skenben. Tarminflammation av antiinflammatorisk mediciner. Panikångest. Egentligen är det nu bara det sistnämnda som finns kvar. Nu är jag uppe i fulldos av den epilepsimediciner jag fått mot smärtan och panikångesten. Kanske det är så att den trots allt hjälper. Jag hoppas på det. Biverkningarna av mediciner har nu också helt försvunnit.

Slutsats: Jag är glad. Nu har jag nästan tagit mig igenom skärselden.

Brasklapp: Ännu har jag inte fått svar på den röntgenundersökning jag gjorde för två veckor sedan.



Category: [Blogg](#) /

Einen Pudel schießen

[15 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Någon som minns [min text](#) för en vecka sedan? Göteborgs-Posten skrev i sin lördagsbilaga att denna vecka skulle Juholt porträtteras. Och jag undrade om de verkligen skulle göra det med tanke på veckan som gått.



Mycket riktigt har Göteborgs-Posten nu gjort en pudel. Naturligtvis tog de inte in Juholt-intervjun i tidningen. Bara nästan. Istället fick vi:



Jag tror att det är den ursprungliga intervjun som nu publicerats. Man har bara bytt ut han mot hon och Håkan Juholt mot Maria Montazami. För rubriken ovan stämmer bättre in på en pösmunk. Typ Juholt.

Lite tappade jag respekten för GP.

Category: [Blogg](#) /

Reaktioner

[14 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / [One comment](#) / [Edit](#)

Det blev en runda ut på torget i dag för att köpa lite rödspätta och en bukett gula liljor. Dagens enda ljus i tillvaron.

Under eftermiddagen ringde min handläggare på Försäkringskassan för att höra sig för hur det egentligen stod till med mig. Med tanke på hur andefattigt ett sjukintyg är, så fick hon väl en smärre chock över att höra om alla komplikationer och turer som varit – och är. Hade jag inte berättat att jag dessutom fått ett nytt sjukintyg i går, skulle jag förmodligen hamnat i någon utredningsfas. Men eftersom jag börjar jobba så smått om en vecka, så får jag vara i fred.

Även om arbetsrehabiliteringar kan behövas, så är det samtidigt det värsta som kan hända. Man kan förlora sin självbestämmanderätt. Även om arbetsgivaren ska leda och fördela arbetsuppgifterna så har man faktiskt själv något att säga till om. Vid en rehabiliteringsinsats börjar plötsligt FK att diktera villkoren och plötsligt förlorar man kompetensutveckling, löneutveckling och möjligheten till nya ansvarsområden. Så jag är lite kluven. Men det känns lugnare om man kan hålla FK stängen. Särskilt om det är sjukdom och inte arbetsuppgifter som lett till sjukskrivningen.

□v en händelse såg jag lite på Idol. Det är pinsamt dåligt och ett renodlat barnprogram på bästa sändningstid. Helt obegripligt. Hur kunde juryn välja ut dessa fjantar till att delta? Småungar som aldrig kommer att kunna bli artister och som ändå tror att de har något att komma med.

Juryn pratar mycket om utstrålning och scenspråk, att sången inte är det primära. Jag anser det vara precis motsatsen. Basen för en artist som har målet att sjunga, bör kunna sjunga. □llt det andra är ovidkommande. Det är utstrålning och scenspråk som kan utvecklas och läras in. Saknar man förmågan att sjunga så är det aldrig något man kan tillförskansa sig. Idol som program tillför absolut ingenting.

Jag råkade också se sportnyheterna på tv. Det tillför heller ingenting. Så ointressant att det inte går att koncentrera sig på vad som egentligen sägs. Golf, trav, hockey och damfotboll. Det påminner lite om Idol. De involverade får sama korkade frågor – vad ska du göra om du vinner? Svaren är lika dumma: Fira alternativt bli glad. Vilka andra svar är möjliga egentligen? Och tillför frågan och svaret något i sammanhanget?

Det skulle kännas som en stor lättnad om både Idol och allt sportrelaterat försvann från tv. Jag borde aldrig startat teven, men jag hade ju lite förhoppningar om tv-underhållning en fredagskväll. För att inte prata om barngalan... Lite värdelös underhållning som bara går ut på att fiska pengar. Som jag tidigare sagt – vill jag skänka pengar så tar jag själv initiativet. Jag blir anti när man försöker ge dåligt samvete. Det är utpressning. Pengar som försvinner på vägen till målet då Telia vill ha lite av kakan. Sedan vill SVT/TV4 ha lite. Och sedan vill organisationen ha lite till administration. Med den inställningen anser jag att det enda som gör verklig nytta, är att vara blodgivare.

Med en mans fulla rätt så sitter Juholt kvar. Jag undrar vad det är män säger som gör att ingen vågar opponera sig, och vad det är för fel kvinnor gör som i samma situation får gå? Kan kvinnor inte argumenta för sin sak? Blir kvinnor inte lyssnade till? I US□ får man gå när man gör något omoraliskt privat. I Sverige kan män göra något

omoraliskt med skattepengar utan problem. Kvinnor i Sverige får dock försvinna fortare än snabbt bara om det är något som uppmärksammas i media och som har en negativ klang.

☐ tt göra misstag är mänskligt. ☐ tt be om ursäkt självklart. ☐ tt inte ta konsekvenser förkastligt.

Category: [Blogg](#) /

Framsteg?

[13 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Dagens bästa (hittills) är att min doktor förlängt min sjukskrivning. Det blir en försiktig upptrappning i tid, från 0 %, till 25 % och senare 50 % följt av 100 %. Förhoppningsvis slipper jag fler bakslag nu (peppar, peppar) och kan börja jobba heltid från den 1 december.

Jag kan inte säga att jag är så mycket bättre, men jag måste börja någonstans. Smärtan jag känner i magen kan jämföras med att det ligger två falukorvar i rad direkt under huden från njurtrakten i ryggen och runt fram till naveln. Ibland hugger det till som en skärande smärta. Oftast känns det mest knöligt. Och detta sägs vara något som bara sitter i mitt huvud, d.v.s. hjärnan upplever det som smärta även om det inte finns något där jag känner.

Min medicinering hjälper väl inte direkt även om det gjorde det under första veckan. Frågan är om jag ska öka medicineringen ännu mer. Jag har redan tredubblat doseringen på tre veckor från 50 till 150 mg per dag. Det går att höja till 600 mg per dag. Samtidigt som jag då riskerar både njur- och hjärtsvikt. Medicineringen är inte att leka med.

Om en dryg månad kanske jag kan få komma till psykolog för min panikångest. Den kan jag enbart hålla i schack om jag inte lämnar lägenheten. Går jag ut dukar jag under direkt, förmodligen för att jag mentalt inte kan stå emot eftersom jag blir så uttröttad av att gå ut. Och smärtan blir då så mycket värre.

Dags för vegetarisk lunch! Icas Tomatpesto är det godaste jag ätit på länge. Finns i frysdisker, är pasta med pesto och vitlök. Doftar ljuvligt. Liksom jag. Även om jag inte doftar vitlök. Än.

Category: [Blogg](#) /

Hågkomst

[12 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Har jag sagt att jag håller på att läsa igenom hela mitt bloggarkiv? Egentligen gör jag mer än så. Jag samlar ihop alla mina texter månadsvis för att göra pdf-filer av dem. Det går långsamt och jag är bara på maj månad. Och på året 1999. Jag går igenom allt i kronologisk ordning och jag får ibland gräva djupt i min dator för att hitta alla texterna. Trots allt är det cirka 5 000 dagbokstexter som jag hunnit skriva under dessa år. Och som om det inte vore nog med detta hade jag också (kanske) tänkt väva in mailreload och mina "hemligsidor". Det beror lite på vad jag skrivit. Sedan tar jag också bort onödiga dagar om där bara står "inget har hänt i dag, återkommer i morgon". Det jag också gjort är att lägga till en fotnot när det är motiverat, i förklarande syfte. Jag tänker dock inte ha med klickbara länkar i mina pdf-filer.

Det är frustrerande att allt detta tar sådan tid och jag försöker skynda på det hela genom att varje dag gå igenom en månads texter, men jag tror inte det håller. Skulle jag hålla min tidsplan skulle jag vara klar i januari/februari 2012.

Men det är faktiskt riktigt kul att gå igenom gamla texter. Jag kommer inte ens ihåg vad jag skrev i förra veckan. Det som är kul just nu att läsa är hur jag fungerade på den tiden. För tolv år sedan. Om bara fyra månader kan jag säga tretton år.

[Bloggarkiv februari-april 1999.](#)

Category: [Blogg](#) /

Aha!

[12 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Kan det vara så att Saab svarat på ett liknande mejl och därför fortfarande väntar på pengarna?

*Uppmärksamhet !!
Hang Seng Bank Limited
83 Des Voeux Road, Central
Hongkong.
Tel: ***
E-post: ****

Uppmärksamhet:

Det är förståeligt att du kan ha lite orolig, eftersom Jag vet inte, men jag har en lukrativ affärsverksamhet förslag till ett gemensamt intresse att dela med dig. Jag fick länken på sökandet efter någon som uppfyller Jag föreslår en affärsrelation.

Jag är Peter Wong Tung Shun, verkställande direktör för Hang Seng Bank Ltd har skymts i ett företag förslag för dig. Jag vill hjälpa mig genomföra ett affärsprojekt i Hong Kong i ditt land. Detta inkluderar överföra en stor summa pengar. Allt om denna transaktion bör göras juridiskt utan problem. Vänligen sträva efter att efterleva de maximala diskretion i alla frågor som rör denna fråga.

När pengarna har redan framgångsrikt överförts till ditt konto, vi skall dela pengarna måste godkännas av båda.

Jag vill helst inte värt det i min privata e-postadress nedan och slutligen, efter att den överlämnades till dig Mer information om denna operation.

Snälla, inte bryr sig om du tar bort e-post, och inte jaga mig eftersom jag lägger min karriär och liv, är min familj på spel med denna affärer. Även om inget vågat inget gained.Do skicka mig följande information när du svarar tillbaka till mig.

Ditt fullständiga namn:

Telefon och fax:

Land.

De tidigaste svar på detta brev kommer att utvärderas.

Vänliga hälsningar,

Mr.Peter Wong Tung Shun

Category: [Blogg](#) /

Fokus brevlådan

[12 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / [2 comments](#) / [Edit](#)

Det händer väldigt lite om dagarna. Tiden går fort, men det beror nog på att allt som jag gör tar sådan tid. Och att jag ofta hamnar framför teven när jag får alltför ont. Smärtan lättar när jag sitter där.

Jag får väl ändå säga att jag är lite förvånad över att Försäkringskassan redan betalat ut min sjukpenning (eller om det heter sjukbidrag, sjukersättning eller whatever). På deras fjärde arbetsdag efter att de fått intyget fanns pengarna på mitt konto.

Det är mycket jag inte förstår längre när det gäller FK. Eller rättare sagt – jag har glömt rutinerna. Tröts allt är det fem år sedan jag senast var sjukskriven så länge att FK fick kontakter.

Dock väntar jag på ett annat viktigt papper från FK som ska komma om någon dag. Det verkar som om arbetsgivaren har skrivit bort det skriftliga underlaget som berättigar mig till Särskilt högriskkydd. För väldigt många år sedan fick arbetsgivaren godkänt detta av FK. Ja, för jag ska inte märka av detta. Vad jag kan se så har regelverket ändrats sedan jag gjorde ansökan, men beslutet har förlängts (som man på FK till mig). Det helgår ut på att arbetsgivaren inte ska förlora pengar på att jag är sjuk (vilket de gör de först 14 dagarna i en sjukperiod). Därför ersätter FK arbetsgivaren med den sjuklön som betalas ut på min lön de först 14 dagarna. Nu verkar dock regelverket säga att jag inte ska ha körensdag. Betyder det att arbetsgivaren måste betala tillbaka min körensdag? Jag kan bara hoppas. För några år sedan upptäckte arbetsgivaren att de tog för lite i körens och krävde återbetalning av mig med fler tusen kronor (cirka 5 – 6 000 kr) då jag skulle betala tillbaka det arbetsgivaren gjort fel under många, många år. Själv inser jag fortfarande att man inte kan återkräva något som de gjort fel och som jag inte kan kontrollera. Och inte för fem år bakåt i tiden. Så jag hoppas FK:s underlag och beslut säger att jag inte ska ha körensdag. Men jag misstänker att i ett sådant läge så kommer arbetsgivaren undan. De kan kräva mig, men jag kan inte kräva dem. Vi får väl se.



Category: [Blogg](#) /

Upptagen

[11 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Tre långfilmer med posten i dag, 31 tv-program att se i veckan, tre säsonger tv på dvd. Börjar känna mig stressad?

Och så alla dessa mediciner jag ska ta varje dygn. Just i dag har jag tagit åttio tabletter och en spruta. Ibland undrar jag vad alla dessa kemiska substanser gör. Om det verkligen gör gott.

Category: [Blogg](#) /

Konfunderad

[10 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Det var dags ett besök arbetsplatsen i dag igen. Tröts sjukskrivningen har jag inte kunnat hålla mig där ifrån. Mest för att där också finns ett apotek som jag måste besöka varje vecka. Det är enklare att ta bilen till jobbet och apoteket, än att behöva gå till apoteket som jag har här hemm. Alltså, jag har säkert 300 meter dit. För någon som får panikångest av att gå utomhus är det för långt.

Under tre veckor har jag besökt apoteket (och arbetsplatsen) tre gånger. Jag har problem med min recept. För få tabletter. Fel styrka. Inget recept. Nytt recept. Inga tabletter hemm på apoteket. Beställ hem tabletter till apoteket. Vår för det är så här struligt har jag inte kommit underfund med, men jag accepterar det. Och nu har jag tabletter så jag klarar mig i nästan en hel månad. Medicineringen går bra även om jag inte vet om de har någon effekt. I vilket fall som helst så känns det tryggt.

Min arbetsplatsbesök går ut på att jag ska få en social samvaro då min fritid hemm inte ger mig det. Men ärligt måste jag säga att jag får mer utbyte och social samvaro av att inte träffa en människa hemm. Jag tror inte att man undviker mig på jobbet utifrån att jag stör någons arbete. De få timmar per vecka jag är på jobbet så är där ingen som pratar med mig. Eller ens hälsar på mig. Möjligen får jag frågan "är du tillbaka nu" och när jag nekar till det, så vänder de och går. Ingen frågar hur jag mår eller varför jag är på jobbet. Jag kallar min mejl (gör jag hemm också), går på apoteket och sedan åker jag hem. Så på ett sätt känns det dumt att åka till jobbet. Och det känns inte lockande att återgå i arbete. Jag förstår inte vad jag gjort. Vår för man inte tilltalar mig. Den biströsnningen är väl att jag inte gör någon skillnad. Eller att jag med min nya arbetsuppgifter inte längre har något gemensamt med någon annan. Vilket inte borde göra någon skillnad, för jag är fortfarande en arbetskomrät. Jag får nog ta upp det på nästa utvecklingssamtal. För det är en del av den möbning som började för ett år sedan. Som jag inte heller förstår. Det är svårt att bemöta något som ingen uttalar sigt till mig. Men när fler vänder bort huvudet när de möter mig, så måste det beropa något.

Category: [Blogg](#) /

Velig

[9 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

I november 2000 slutade jag blogga under några månader. Jag kände mig pressad av att finnas på nätet och kände mig osäker hur mitt då nya jobb skulle ta det om de visste att jag bloggade. Sedan slutade jag bry mig. Och vad de tycker eller tänker vet jag inte.

Under min frånvaro på nätet fortsatte jag att skriva en mejlrelä som jag mejlade ut till några av min läsare. Jag har aldrig publicerat de texterna på nätet. Men här

kommer ett litet citat från Relatör 8 (av 90).

Mentalt har jag inte riktigt förstått vad gjort, eller att jag just nu sitter i Göteborg. Här om dagen slog insikten ner i mig, men den var så omtumlande att jag sköt den ifrån mig genast. Vad har jag gjort??? Jag ångrar inget men jag har ännu inte funnit mig själv i min nya tillvaro. Det sista jag kan tänka mig är att flytta tillbaks till Skåne. Dock har en viss saknad börjat infinna sig. Jag saknar platser och miljöer, men inte människorna som jag omgavs av. Det värsta är att det känns som om jag går utanför min lägenhet här, så är jag tillbaks i Kristianstad. Men det ligger lite längre bort än så. Som sagt har jag inte hängt med riktigt mentalt. Och absolut inte geografiskt.

Förutom att jag ibland blir väldigt förvirrad och tror mig befinna mig i Kristianstad, så har jag väl förstått att jag sedan elva år befinner mig i Göteborg. Förvirringen beror på om jag får något sinnesintryck som påminner om Kristianstad. Då förflyttas jag 30 mil rent mentalt.

Ändå finns tankarna på att flytta hem till Skåne igen. De tankarna kom för sex månader sedan när Gözzy avslöjades som att jag besökte Skåne för första gången på fem år. Det som också nu börjat vägas in är att jag är sjuk. Det känns tryggt och utelämnande att inte vara "hemma". I en miljö som är min. Samtidigt är Göteborg numer min miljö och mitt hem, men det känns ändå annorlunda. Jag är inte förankrad här. Jag har inget som håller mig kvar. Nej, inte ens jobbet. Det har inget att göra med att jag skulle vtrivas med mitt jobb eller arbetsuppgifterna – tvärtom. Men jobbet betyder ingenting för mig. När jag är på jobbet och utför mina uppgifter, ger jag allt. Men det är bara ett jobb. Att jag sedan på min fritid också har intressen som ligger nära jobbet, är inte samma sak. Jag kan skilja på arbete och intresse. Och mitt intresse ligger där jag just i denna stund befinner mig.

Så vad hindrar mig från att flytta tillbaka till Skåne? Det är dyrt att flytta. Jag tror mig inte få något nytt arbete i Skåne. Det verkar omöjligt att få bostad (jag vet exakt var jag vill bo, och hur). Och det är både fysiskt och mentalt väldigt betungande att börja om. Det sistnämnda är störst anledningen till att jag inte ser några alternativ till Skåne. Jag orkar inte börja om på nytt. Det är nog sjukdom mer än ålder som talar där.

Men vill jag egentligen flytta hem till Skåne? På riktigt? Om jag erbjöds bostad, arbete och flytt – skulle jag kunna tänka mig att flytta? Det går inte att besvara. Jag är så trötligt kluven. Det som var negativt med Skåne finns kvar inom mig. Jag kände mig bevakad och på helspänn hela tiden. Jag gillar anonymiteten i Göteborg. Och jag känner mig mer mig själv i Göteborg. Det finns en frihet här som jag uppskattar. Samtidigt är Skåne lockande. Närheten till en miljö jag växt upp i. Då menar jag den geografiska miljön. Att känna närhet till platser man känner igen.

Så väd vill jag egentligen? Är det bara en förändring jag är ute efter? Och är längtan då en fälskhet och ett misstag? Jag tror inte jag skulle må bättre av att flytta. Men jag kan inte komma på vad förändringen skulle bestå i. Störst längtan är nog bara att få känna sig någonlunda frisk och slippa smärta. Det är den fysiska smärtan i mitt muskler som jag försöker fly ifrån genom att drömma om sådant som kan vara en trygghet. Som att få komma hem...

Category: [Blogg](#) /

Med ett leende

[8 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / [One comment](#) / [Edit](#)

Göteborgs-Posten har en lördagsbilaga som heter Två dagar. Nästa lördag ska det handla om följande:



Den stora frågan är om reportaget kommer att publiceras – för hur aktuell är Juholt som statsministerkandidat? Nå, men här har han tur så kanske han slipper vad det han aldrig längtade efter. Och så passande att han sitter i Sahlins gamla soffgrupp.

Vi har en spännande veckoförmedling!

Category: [Blogg](#) /

Jonas betyder duva

[8 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / [Kommentering avstängd](#) / [Edit](#)

Plötsligt kl. 07.30 en lördagsmorgon bråkade det in en duva på min balkong. Och jag menar *brakade in*. Jag vet inte vad den gjorde, men det lät som om en karl på 90 kg svingade sig in på balkongen och landade hårt. Naturligtvis trodde jag att någon hade hoppat in på min balkong, men inte att det var en liten öskyldig duva.

Bloggarkiv

Välj månad ▼

Adminarea



Bilden är lite otydlig då kamerablixten studsade mot fönsterrutan.

Duv^{en} gick lungt runt på balkongen och tvättade sig emellanåt. Att jag stod och fottgräferde med blixtprydde den sig inte om. Jag kunde ta fler bilder – illav lik dålig kvalitet.

Det där med fåglar är lite märkligt. De är överallt. För någon vecka sedan stod en skott och knäckte på mitt vordgsrumsfönster. Också då trodde jag att det var en människa, för det var inga försynta små näbbknäckningar. Det var ett rejält bankande. Själv sett jag i telefon just då och fick frågan i luren vem det var som bankade. En skott. Som förälskat sig i sin egen spegelbild. Det kuttar väldigt förtjust över spegelbilden. Och denna skott besöker mitt fönsterbleck flera gånger om dagen.

Att jag sedan hör en rätt som försöker ta sig in genom mitt köksfönster en våning upp, behöver jag inte gå in på. Rättar är inte fåglar och hör därmed inte hemma i mitt fågeltema här.

Nej, jag vågar inte ha min fönster öppna utan uppsyn. Det var bra för någon månad sedan en gråspurv stod på tröskeln till balkongdörren och funderade på om den skulle komma in eller inte.

Category: [Blogg](#) /

Bloggfundering

[7 oktober 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering stängd / [Edit](#)

Ärligt så vet jag inte vad jag ska göra min blogg. Det är något jag funderat på i många år. Jag kan helt enkelt inte gå tillbaka till den där glättiga stilen jag körde med under

mina första år. För jag har vuxit upp och blivit tråkig. Särskilt nu när jag de senaste månaderna enbart skrivit om sjukdom och elände. Hur tråkigt det än är att läsa, så har jag behövt skriva det.

Och kanske det är pudelns kärna. Jag skriver det jag behöver skriva och tar inga hänsyn. Det är bara ett problem med det. Vad behöver jag egentligen skriva?

Det var ett misstag att ta bort bloggarkivet, för det fyllde en viktig funktion. Nämligen den att alla mina texter – höga som låga – tillsammans är "blogg-jaget". Ser man objektivt på nuvarande bloggen, som funnits sedan i maj, så är det för mycket depp. Läser man enbart denna bloggs arkiv framstår jag som deprimerad och patetisk.

Jag skulle så gärna vilja samla ihop alla mina dagbokstexter och bloggar på ett ställe. Det är dock väldigt svårt. För det första tar det tid (jag måste läsa och korrekturläsa, många stavfel). För det andra är det tekniskt svårt att slå ihop tre olika databaser. För det tredje är det svårt att hitta alla texter jag skrivit, då de ligger utspridda på mina hårddiskar. Och frågan är om någon annan finner ett värde i att se hela mitt bloggarkiv?

Nu är jag långtidssjukskriven (nåja, en månad) och har all tid i världen att sitta vid datorn. Men det orkar jag inte. Vissa dagar klarar jag inte av att sitta (de flesta dagar) p.g.a. smärta. Och då orkar jag inte med datorn heller. Andra dagar, när jag känner mig piggare (fåtal dagar) så behöver jag göra annat, som att tvätta, diska och så vidare.

Ibland känns det som om jag aldrig kommer att bli bättre. Men där tror jag panikångesten pratar. Väntan på hjälp känns öändlig.

Category: [Blogg](#) /

Tillbakablick

[6 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

I dag blir jag inte rikligare än att jag lägger ut gamla foton av mig själv. Ett för varje år som jag bloggat. Om inte annat så kan man studera hur jag ökat och minskat i vikt fram och tillbaka, samt hur jag åldrats.

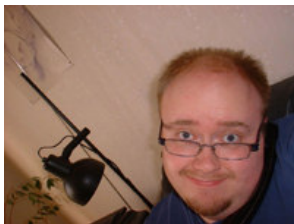
1999

- Administrativ
- Lägga ut
- Inlägg via RSS
- Kommentarer via RSS



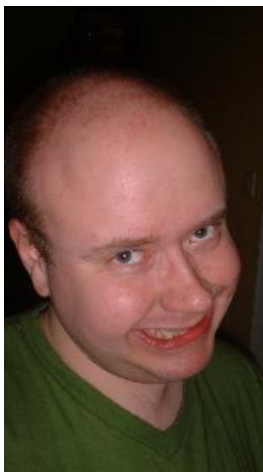
Jag hade haft dagbok på nätet i några månader och fick ofta frågan hur jag egentligen såg ut. Eftersom jag inte hade råd (då) med en digitalkamera åkte jag in till Dömus och deras fotomat en söndag. Resultatet skannade jag sedan in och publicerade på nätet.

2000



Hemma i Kristianstad tog jag ett foto av mig själv med min nya digitalkamera. Spetfrisuren gjorde jag av mig en kort tid senare. För jag tyckte det såg för jäkligt ut, och så kunde man ju inte se ut när man skulle flytta till Göteborg! Fåfängan tiger inte still.

2001



Av någon anledning så gick jag ner mycket i vikt första året jag kom till Göteborg. Ser ut som The Joker/Joker. Och helt skägglös! Väldigt ovanligt.

2002



Fot från tidningsartikeln facket skrev om mig. Gilla "Ibland får jag låna de andras ben". En historia om arbete och ms.

2003



Ett foto som [Jerry](#) tog av min när vi besökte en andlig butik i Göteborg.

2004



Ja, jag vet inte. Ett självporträtt.

2005

Place your Footer Content here



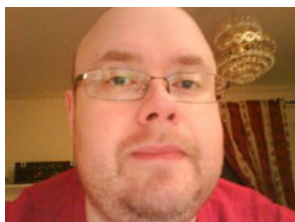
Glasögen som jag hatar! Jag har dem fortfarande i reserv då styrkan stämmer. Obehagligt fukt på så många niåver.

2006



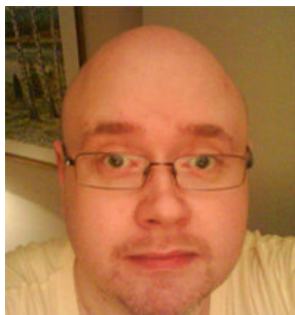
Av någon anledning så föredrar jag att enbart ha skägg på hakan, men det händer inte så ofta. Jag brukar ha mer. Och här har jag tagit på mig gamla glasögen med för svag styrka. Så missnöjd var jag med glasögen från förra fukt.

2007



Råkade nog ta ett fukt när det inte var meningen. Jag gillar inte fukttagna underifrån. Man får så bred dubbelhaka.

2008



Jag tänker mer på året 2008 än på fört i sig. Året då jag fick en vändning på jobbet och nya möjligheter öppnade upp sig.

2009



Mugsh! Galen och farlig.

2010



Neutralt stämningsläge. Ett fört där jag inte försöker göra mig till. Ett bra fört. Åtminstone är jag nöjd.

2011



Orakad. Det är ett normaltillstånd.

Det hade varit roligare att lägga ut foton på Gazzy, men hon finns inte mer. I går funderade jag på detta med att bli kattägd igen. Det är lockande, men så som jag mår just nu skulle en liten kisse bli väldigt försummad. Självt är jag också försummad. Just i dag önskar jag att det fanns någon i mitt liv, som kunde skänka mig trygghet.

Category: [Blogg](#) /

Filer

[5 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Under kvällen har jag säkerhetskopierat närmare 150 000 filer från min dator. Igen, får jag väl säga. Jag har någon form av mani när det gäller att säkerhetskopiera filer. Filer som redan är sparade på usb, extern hårddisk, dvd-skivor och på andra datorer.

Jag har också suttit och tittat lite på alla filerna jag sparat. Jag hade en datorkrasch år 2000 men förlorade minimalt med data eftersom jag redan då säkerhetskopierade. Till disketter. Som jag också har kvar. Med innehåll. *pust*

Bland alla filer som jag sparat fann jag något intressant. Förutom att jag sparat alla hemsidesversioner som jag någonsin haft, så har jag också sparat SQL-databaser. Det betyder att om jag slår ihop tre stycken av dem, så har jag ett komplett bloggarkiv samlat att lägga ut på nätet. Men vill jag göra mig det besväret? Tveksamt, men det känns bra att möjligheten finns.

Funderar på att åter börja teckna mina "Jontasfigurer". Det var länge sedan nu...



Category: [Blogg](#) /

Låga berg och djupa dalar

[5 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

~~Svaghet, ditt namn är kvinna!~~ Tungsinne, ditt namn är man!

Jag trodde aldrig att jag skulle kunna ta mig till jobbet i dag. Så smärtpåverkad, så yr, så svimfärdig, så svag, så trött. När jag väl var på jobbet kände jag mitt tungsinne, det där nattsvarta som kommer över mig när allt känns riktigt jävligt och motigt. Men efter att ha bytt några ord med arbetskamraterna kändes det mycket bättre. Rent mentalt. För jag är fortsatt smärtpåverkad, yr, svimfärdig, svag och trött. Känns lite överkligt, som utanför-kroppen-upplevelse.

Varför kommer ingen vändning rent fysiskt? Jag vet inte vad mer jag själv kan göra. Heller inte vad någon annan skulle kunna göra. Det hela går väl ut på att vänta, låta tiden gå och se vad som händer. Det som varit så jobbigt just i dag är symtomen ovan, som faktiskt inte har något med ms att göra (förutom smärtan). Symtomen ingår i PANIKÅNGEST! Jo, just i dag måste jag skriva det med versaler.

När jag besöker jobbet funderar jag på hur det skulle kännas om jag var i tjänst. Både och. Det är en obehaglig tanke då jag är så påverkad. Samtidigt vet jag inte om det snabbare skulle förbättra min situation. Eller omkullvälta mig. Jag är lätt stressad över att jobbet inte kan släppa greppet om mig. Och hur mycket skulle jag klara av att jobba? Heltid? Nej, absolut inte. Men det är dags att begära förlängd sjukskrivning, och frågan är om jag då ska satsa på att arbeta 25 %. Vilket innebär 7½ timme per vecka för mig. Eller 2½ timme under tre dagar per vecka. Skulle jag klara det? I vilket fall som helst bör jag vara väldigt försiktig med att trappa upp arbetstiden.

Hela situationen är skrämmande För jag vet inte riktigt hur jag mår.

Category: [Blogg](#) /

Botox nästa?

[4 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / [4 comments](#) / [Edit](#)

För ett par minuter sedan tog jag ett självporträtt som skrämmer mig.



Jag är så otroligt lik min far utseendemässigt. Mer och mer. Det är lite skrämmande, eftersom jag inte vill se ut som honom. En märklig önskan som jag inte riktigt kan förklara, eller vill gå in på. Okej, okej! Jag ger mig! Jag är nog rädd att det inte stannar vid utseendet, utan att jag också drar på mig vissa beteenden.

Det jag också noterar är att jag börjar se gammal ut. Ögonlocken börjar hänga. Hyn börjar bli grov. Läpparna tunnas ut. Och är det starr jag ser? Nej, kanske inte.

Det lustiga är att jag fortfarande inte aktivt tänker på min ålder, utan istället blir smått chockad när jag börjar studera min kropps förfall. Gravitationen verkar ha något personligt emot mig.

Nej, jag har i princip inget emot att åldras. Men varför börjar jag plötsligt likna min far mer och mer? Är det inte tillräckligt komplicerat som det är? Och med det menar jag min relation till honom. Fortfarande efter snart sex år funderar jag på vad som gick snett i vår relation. Och jag tvingas tänka på det eftersom jag ser honom i mig.

Category: [Blogg](#) /

No funday

[4 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / [4 comments](#) / [Edit](#)

Det har varit några jobbiga dagar, men det har nog varit värst i dag. Smärtan som försvann så prompt på min nya medicinering för ett par veckor sedan, har återkommit. Det gillas inte! Jag får svårt att slappna av och kan inte koncentrera mig på något annat.

Nåja. I natt hade jag åtminstone lite roligt genom att ändra utseendet på bloggen. Och i morse gjorde jag en ny medicinask till loggan. Men hur tusan får jag bort menytexten "Latest posts"? Rent estetiskt stör det mig. Enormt.

Category: [Blogg](#) /

Funday monday

[3 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / [2 comments](#) / [Edit](#)

På Facebook skrev jag i morse:

Känner för att göra något kul, men det ligger inte i min karaktär.

Det var jobbigt, men jag gick emot min karaktär och gjorde något jag tänkt göra sedan flera veckor. Jag gick till bokhandeln och köpte bland annat följande:



En anteckningsbok I och för sig är jag sjukskriven just nu, men jag behöver detta på alla möten jag springer på. Jobbet tillhandahåller inget annat än kollegieblock à la A4, vilket är 1) för klumpigt, 2) för få sidor och 3) oestetiskt.

Almanacka 2012 Det är hög tid att börja skriva upp allt som ska hända nästa år. Alla vårmöten ska nu bokas in.

Vidare köpte jag offertmappar och kuvert. För privat bruk. Alltid bra att ha.

Jag fick ingen panikångest ute i dag, men det var inte mindre dåligt för det. Jag blev snabbt skakig och ostadig. Men jag måste försöka träna upp min kondition och styrka, och utsätta mig för jobbiga situationer.

Men det är kul med almanackan. Så tom och innehållslös. För att snabbt fyllas med innehåll.

Category: [Blogg](#) /

En söndagskväll

[2 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Under eftermiddagen åkte jag till jobbet. Eftersom jag inte får utföra något arbete gjorde jag lite andra saker. Som att köpa en fika på Pressbyrån, ta med mig lite rena arbetskläder att lägga i skåpet, ta med mig hem lite privata saker som jag förvarat på jobbet. Det jag märker med mina små resor till jobbet är att jag inte orkar särskilt mycket.

Jag hade suttit en stund på jobbet när jag kastade en blick ut genom fönstret. Då ser jag att min chaufför efter att han släppt av mig, kört på en cyklist. Jag är inte förvånad. Alla cyklister i stan borde bli påkörda så som de far fram – hänsynslöst och utan trafikvett. Nu såg jag aldrig själva olyckan, men jag kunde se att cykeln blev skrot och att bilen fått sig en törn. Ingen människa verkade ha kommit till skada. Men av någon anledning såg cyklisten (dam i övre medelåldern) upprörd ut. Fråga mig inte varför, för jag har inte fantasi nog att lista ut det. När jag några timmar senare åkte hem stod bara skrotcykeln kvar på trottoaren.

Dessutom röntgade jag njurarna också. Det tog inte fem minuter. Frågeställningen är njursten, men jag tror knappast att det är problemet. Det känns inte som njursten. Frågan är om de såg något annat, för ont (nja, snarare öm) har jag. De tre läkare som tidigare i sommar känt på min mage säger att där inte finns något fel. Om nu inte röntgen säger något annat. Jag kan inte bestämma mig om jag ska vara nervös eller inte. Samtidigt förväntar jag mig inget svar på undersökningen. Även om de sa att jag skulle få svar om ett par dagar. Okej, det gör mig nervös. Varför ska jag få svaret så snabbt?

Dagens konstigaste fråga var om jag ville ha ett testikelskydd under röntgenundersökningen. Eh, varför? Jo, något om jag planerade att skaffa barn. Men jag har inga sådana planer, så de fick gärna bestråla mig.

Att vara hemifrån under fyra timmar är för mycket. Det tar för mycket på mina krafter.

Category: [Blogg](#) /

En lördagskväll

[1 oktober, 2011](#) / [Jontas](#) / Kommentering avstängd / [Edit](#)

Förvånat tittar jag på folket där ute från mitt sovrumsfönster. De är upklädda där de står och väntar på spårvagnen som ska ta dem in till centrum. Det tog en stund innan jag kopplade. Det är lördag. Folk tar ut på kvällen för att roa sig på någon pub eller klubb. Med en viss avundsjuka noterar jag att de verkar uppspelta. Hur deras vecka sett ut vet jag inte, men nu tänker de nog på något helt annat än hur veckan varit. De ska träffa vänner. Dricka, kanske äta gott. Lyssna på musik. Kanske dansa.

Här hos mig är det raka motsatsen.

- Sedan i juni kan jag bara ha joggingbyxor på mig, eftersom byxlinning gör för ont mot min smärtsamma hud.
- Jag kan inte ta ut någonstans, jag skulle inte känna glädje över att gå på pub då jag är för påverkad av sjukdom och medicinering.
- Konstant tänker jag på jobbet. Det ger sinnesro och flyttar fokus från min vardag hemma där jag bara känner en massa fysiska besvär.
- Jag har inga vänner längre. Åtminstone inga irl. Det har jag påmint om varje gång sjukvård och hemtjänst hänvisat till att familj och vänner ska se efter mig.

Kan nog inte ens säga att jag har familj, mer än ömma modern 30 mil bort.

- Alkohol klarar jag inte av, också det p.g.a. sjukdom och medicinering.
- Äta gott är slöseri. Jag har ingen matlust och äter som en myra på diet.
- Musik är bäst hemma. Ute är det alltid för hög volym och jag har tinnitus redan.
- Dansa? Jag kan knappt gå.

Ibland kan jag tycka att jag lever ett sorgligt liv, men jag känner det aldrig så. Det jag kan vara avundsjuk på är att mina möjligheter är begränsade. Förhoppningsvis är det bara något tillfälligt. Kunde jag inte intala mig det, skulle det vara sorgligt på riktigt. Då skulle jag vara ett offer för all framtid.

Category: [Blogg](#) /

Wordpress Theme by ThemeZee