

"Jag ska tävla i triathlon - utan fötter"

SHHRZAD KIAVASH VAR 28 ÅR, FESTADE, TRÄNADE OCH SATSADE PÅ KARRIÄREN, NÄR HON TVINGADES AMPUTERA BÅDA FÖTTERNA. HÄR ÄR HENNES FANTASTISKA BERÄTTELSE OM HUR HON LÄRDE SIG ATT LEVA IGEN OCH NU OCH NU SATSAR HELHJÄRTAT – PÅ TRIATHLON.

Av Helena Skoog Foto Patrik Johäll

En helt vanlig jobbdag för en helt vanlig 28-åring i karriären – med ovanligt många höga klackar i garderoben – följdes av ett helt vanligt träningspass.

Det var i mars 2012 och hon som varit frisk i hela sitt liv kände sig stark den här kvällen, men efter passet kom plötsligt magontet. Sedan huvudvärken. Och så småningom bröstsmärtorna och svårigheterna att andas, och den där vanliga dagen skulle bli den dag då allt slutade vara som vanligt för Shahrzad Kiavash.

– När ambulansen kom hade jag 144 i puls och det kändes som om jag inte kunde andas. "Du verkar ha panik", sa ambulanspersonalen.

Det fanns ingen anledning att köra in Shahrzad till sjukhuset då, men de tyckte inte att hon skulle vara ensam över natten, så hon ringde dit sin lillebror och hans vän **Daniel** som sov över i vardagsrummet. På morgonen vaknade de av att Shahrzad föll ihop i köket när hon skulle hämta vatten. Hon var alldeles blå i ansiktet och väldigt varm, så de

lade henne i framstupa sidoläge och ringde ambulansen igen. Nu var det allvar. Hon hade 41 graders feber, hög hjärtfrekvens och dålig syresättning.

– De tog av tröjan och såg att jag hade röda prickar på kroppen och det, tillsammans med de andra symptomen, är tecken på allvarlig blodförgiftning. Jag hörde att de ringde läkaren: "Kvinna. 28 år. Hög puls..." och sedan "Oj, då kommer jag in med henne på en gång."

Hon sitter på kaféet i gymmet i Borås och berättar om alla som kom fram till henne på sjukhuset, med nålar och syrgasmask, någon som frågade om hon hade ont i nacken.

– Jag fattade inte varför alla var så hetsiga. Jag har haft migrän i många år, så jag ville bara få sova för då visste jag att det skulle bli bra igen när jag vaknade.

Och sova skulle hon få. En läkare lutade sig över henne och förklarade: "Dina lungor håller på att kollapsa. Du kan inte sköta din egen andning. Vi måste söva dig. Du är allvarligt sjuk." ▶



"På rehab märkte jag att folk bara pratade om det de hade råkat ut för. De blev sin sjukdom. Jag slutade gå dit och började gå till gymmet istället. Att amputera benen är något som *hände* mig, det är inte jag."

"Hur ska jag nu kunna ha kjol? Och klackskor?!"

sa jag, "då måste vi gå ut och ta en promenad!" Och "jag har ett möte på jobbet idag!"

Shahrazad skrattar åt minnet. Att hon var så positiv var skönt för alla och de var glada att hjärnan hade klarat sig. Hon hade gått upp nästan femton kilo under tiden på sjukhuset, på grund av att njurarna inte fungerade som de skulle och därför inte kunde transportera ut vätskan i kroppen, och huden var blå eftersom blodkärlen hade brustit. Själv var hon på bra humör, men vännerna och familjen såg på henne med en blick som gjorde att hon förstod att det var långt ifrån bra än.

Så småningom fick hon flyttas med helikopter till hemstaden Borås, till sjukhuset där båda hennes föräldrar jobbar (mammans som IVA-sjuksköterska och pappan som ortoped), och ligga på intensivvården där istället. **Hennes tillstånd förbättrades men hon började förstå att det var något som inte var bra med hennes ben.**

– Jag ville inte veta. Jag hade råkat se mina fötter en gång på sjukhuset i Stockholm och de var alldeles svarta. Jag fick panik. "Varför ser mina fötter ut som en gorillas?"

Hon fick ha hörlurar på sig för att slippa höra läkarnas samtal och de hängde upp ett skynde för att hon inte skulle behöva se. Hon kunde inte röra på fötterna, de kändes kalla och var tredje dag togs hon in på operation för att ta bort död vävnad. Efter ett tag såg ena benet ut som ett timglas, där den smalaste delen nästan bara var hud och ben.

– "Varför ser det ut så här?! Hur ska jag nu kunna ha kjol?" Det var otroligt viktigt för mig, det där med kjol. Och hur det skulle bli med alla klackskor. Det var sådant jag tänkte på och när jag frågade ville inte mina föräldrar prata om det.

I slutet av maj hade hon opererats nästan 40 gånger. Då fick hon beskedet att det ena underbenet inte gick att rädda, det måste amputeras. Det andra skulle de kanske kunna reparera, men ➤

Shahrazad Kiaavash

Ålder: 31 år.

Bor: I Borås.

Yrke: Civilingenjör.

Familj: Mamma, pappa, lillebror och hund.

Tretton dagar senare vaknade hon. Men det var inte migrän. Och det gick inte över.

Under tiden hon var sövd hade nästan alla inre organ kollapsat. Lungorna, cirkulationen, njurarna, benmärgen, binjurarna – ingenting fungerade och hon fick antibiotika, adrenalin, dialys, blodtransfusioner och kortisonbehandlingar. Det värsta var över när hon vaknade, men de visste inte vad som skulle komma sedan.

Shahrazads nio år yngre lillebror ringde dit vänner och familj, eftersom läkarna sagt att hon troligtvis inte skulle överleva den första natten. Mammans kom från Borås, pappan flögs in av SOS International från Iran, där han var och hälsade på sin mamma. Alla samlades och fick höra

prognosen: Shahrazad skulle troligtvis inte vakna igen.

Men tack vare en envis läkare som vågade upprepa olika tuffa behandlingar, trots dåliga odds och trots att de inte var säkra på vad som orsakade hennes livshotande tillstånd, överlevde hon den meningokocksepsis som det skulle visa sig att hon hade drabbats av. En blodförgiftning som påverkade hela kroppen och försämrade blodcirkulationen så mycket att det till slut inte skulle gå att rädda hennes underben och fötter.

Men det visste inte Shahrazad när hon vaknade, flummig av alla mediciner. Hon frågade efter tre saker: sin lillebror – "min favoritperson i hela världen", Pepsi Max och vad det var för dag.

– "Har jag legat här i tretton dagar?!",

det var osäkert. Och då måste hon kanske ha en viss sorts skor, resten av livet.

– Glöm det! utbrister hon och skrattar åt sin ytlighet, men förklarar att det var viktigt för henne på riktigt. Hon ville känna sig fin igen, hon ville kunna ha kjol och klackar, som förut.

Efter amputationen fick hon infektioner och binjurarna fungerade fortfarande inte. Det blev en tuff sommar, men hon mårde ändå ganska bra. Tills det blev höst och dags att testa proteser. **Hon hade inte stått upp eller gått på sju månader och insåg, för första gången, att vägen tillbaka skulle göra fruktansvärt ont.**

– Inte nog med att jag var överviktig och hade tappat nästan allt mitt hår. Jag fick ha peruk, jag var ful, hade stora ärr och inga fötter. Ska det göra så här ont också? Jag kunde ha proteserna 30 sekunder i taget och kände: ”det här kommer inte vara något liv.”

Shahzad hade alltid varit självständig. Nu kunde hon inte ens gå på toa själv och livet kändes inte värdigt.

– Jag tänkte att det är bättre att avsluta den här skiten, men...

Här avbryter hon sig själv och skrattar åt hur absurt det hon ska säga låter innan hon lyfter blicken:

– Jag funderade på hur jag skulle ta livet av mig. Men att fullfölja det är inte så lätt.

Vändpunkten kom när hon hade bestämt sig: hon skulle ta sitt liv och satt på sitt rum och planerade det hela när hennes lillebror kom in.

– ”Jag tänkte gå till McDonald’s. Ska du ha något? Vad gör du?” I desperation, och eftersom jag kände mig påkommen, sa jag: **”Jag sitter här och planerar hur jag ska ta livet av mig.” Då såg jag någonting i hans ansikte. Jag kan inte förklara det, men något slags sorg. Jag tänkte att det är så här han kommer se ut om jag gör det. Och så gör man inte. Det är inte okej, när han har räddat mitt liv och varit så rädd som han var den kvällen...**

Och så bestämde hon sig för att välja livet istället.

– Jag får göra upp en plan och följa den och bita ihop när det gör ont. Sedan gjorde jag det, hur klyschigt den än låter!

Sedan hände mycket på en gång. Hennes pappa tyckte att hon skulle sätta

upp ett stort, roligt mål för sig själv, så hon bokade en resa till New York. Hon hade 162 dagar på sig att bli sitt bästa jag innan resan och för att bli det ville hon gå ner i vikt och bli stark i kroppen igen för att kunna klara sig på egen hand i New York. Och träna. Ordentligt. Så hon började på gymmet där hon nu sitter och äter för att åter-

Läs mer om Shahzads resa mot Stockholm triathlon i augusti på Shahzad.nu och följ henne på instagram: [@triathlonshahzad](https://www.instagram.com/triathlonshahzad)



hämta sig efter morgonens simpass. Hon mötte sin nuvarande coach **Kajsa** här och började träna mer och mer.

Shahzad visar mig runt i byggnaden där hennes liv förändrades – rummet där hon började träna och speglarna hon länge undvek, spinningrummet där hon efter ett tag vågade cykla. Hon lärde sig att gå på proteserna, började äta bättre och New York-drömmen drev henne att pusha sig själv.

– Jag kunde inte gå själv där, men hade proteserna hela tiden i rullstolen och posade stående på några bilder. Det blev en nytändning och jag tänkte att livet kanske inte är så himla hemskt ändå.

Efter New York satte hon upp fler mål, fler resor, och till slut föreslog Kajsa att hon skulle tävla i något.

– ”Ska jag? Vad larvigt!” Jag tyckte att

det lät befängt att JAG skulle tävla. Men sedan tänkte jag att jag kanske skulle det ändå. Men tävla i vad? ”Triathlon”, sa Kajsa.

”Jag hade två val och valde att leva”

Triathlon blev det. I augusti i år, tre år efter att hon provade sina proteser första gången ska hon simma 1500 meter, cykla fyra mil och springa en – på sina nya blades. Hela vintern har hon ägnat åt att bygga upp kroppen. Hon tränar tre timmar om dagen och satsningen har blivit en heltidssyssla.

– Jag vill ge detta en chans och göra det helhjärtat.

I vår börjar hon föreläsa om sina erfarenheter. Hon bloggar om sin väg till Stockholm triathlon och hoppas, genom att göra sin historia offentlig, kunna hjälpa andra som gått igenom liknande saker.

I gymmet är hon som vilken elitsatsande idrottare som helst och det - att inte bli ”Shahzad som amputerat benen” - är viktigt.

Sjukdomen har förändrat henne, men hon är glad att hon fick känna sig odödlig och leva som vanligt i 28 år. Och om hon fick träffa sitt

gamla jag skulle hon inte ge henne några visdomsord.

– Nej, jag är glad för hennes skull, att hon fick gå i sina klackskor och vara den hon var. Och nu är hon någon annan.

Men klackskorna står kvar i en garderob i Stockholm och drömmen om att gå i dem igen en dag har hon inte släppt.

– Jag måste bara hitta någon som gör såna proteser till mig. I USA finns det många amputerade som går i högklackat, så det är ingen omöjlighet. Den dagen kommer! ■

Chiclopedia

Meningokocksepsis är blodförgiftning orsakad av en typ av bakterier som heter Meningokocker.