

För tre år sedan låg Shahrzad för döden. En infektion slog ut alla organ i kroppen och läkaren gav henne liten chans att överleva. Sjukdomen kostade henne båda underbenen men hon överlevde – och i höst ska hon genomföra ett triathlon.

TEXT OCH BILD: TOMAS SERHOLT



*Shahrzad Kiavash  
Ålder: 31.  
Familj: Mamma Mitra, pappa Shahram, bror Khashayar, hunden Sam.  
Bor: Borås.  
Gör: Heltidssatsande triathlet, föreläsare.  
Är utbildad civilingenjör.  
Blogg: shahrzad.nu  
Instagram: triathlonshahrzad*

# – Bakterierna tog mina ben

**V**i möts upp i fiket på gymmet i Borås där Shahrzad tränar. I den topputrustade träningsanläggningen i tre våningar tillbringar hon många timmar varje vecka. Shahrzad äter ett lätt mellanmål medan vi väntar på hennes personliga tränare **Kajsa Andersson**. När Kajsa kommer kramar hon Shahrzad och sätter sig på stolen bredvid.

– Jag har insett att det inte går att planera allt i livet. Jag låter drömmarna komma till mig. Förut hade jag en utstakad plan för livet där allt var planerat till punkt och pricka. Sedan fallerade allt, berättar Shahrzad.

För tre år sedan bodde Shahrzad i Stockholm. Hon arbetade med marknadsföring på ett företag, var duktig på sitt jobb och trivdes bra. På sikt skulle jobbet ta henne utomlands. Shahrzad var som vilken annan 28-åring som helst, jobbade hårt, umgicks med vänner och tränade. Sjukdomen kom som en blixtnad från en klar himmel.

– Dagen det hände kände jag mig som vanligt. Jag gick direkt till gymmet efter jobbet och kände mig jättestark. Men på väg hem fick jag magsmärtor. Jag blev sämre och sämre under kvällen med huvudvärk, illamående och ont i kroppen.

Shahrzad ville inte vara ensam under natten och ringde sin bror Khashayar som kom tillsammans med en kompis. Under kvällen blev Shahrzad allt sämre. Hon minns det som en nedåtgående spiral där hon kräktes och var varm och kall om vartannat. Tidigt på morgonen vaknade hon för att gå upp och dricka vatten.

– Jag var så himla törstig och varm. I köket ramlade jag ihop och min bror vaknade av ljudet. Då var jag nästan blå i ansiktet, jättevarm och svullen i kroppen. Läkarna berättade

**”Om jag inte hade gått upp för att dricka vatten hade jag dött i sömnen”**

tade senare att om jag hade kommit till sjukhuset en halvtimme senare skulle det inte ha funnits något att göra. Om jag inte hade gått upp ur sängen för att dricka vatten hade jag dött i sömnen.

Ambulans anlände efter fem minuter. Då hade Shahrzad 41-gradig feber, hög hjärtfrekvens och svårt att andas på egen hand. Det var bråttom. Riktigt bråttom. På »



forts sjukhuset följde en kaotisk scen som hämtad ur en film.

– Alla sprang fram till mig, drog och slet i saker, klippte upp mina kläder och skrek till varandra.

Shahrzad sövdes och kopplades till en respirator. Andningen hade kollapsat och snart slogs organ efter organ ut.

Shahrzad hade drabbats av något som

## ”I 13 dagar svävade Shahrzad mellan liv och död”

kallas för meningokocksepsis, en ovanlig bakteriesjukdom. Hjärtat var hyperstresat, blodcirkulationen fungerade inte och de flesta blodkärlen i huden hade spruckit.

”Vi tror tyvärr inte att hon kommer att överleva natten. Det har gått för långt”, meddelade läkaren Khashayar.

Läkarna pumpade Shahrzad full med antibiotika, adrenalin, dopamin och andra läkemedel. Dialys och plasmaferes (byte av blodplasman) följde. Inget hjälpte. Khashayar ringde sina föräldrar och gav dem det fruktansvärda beskedet att deras dotter var döende. Skulle hon mot all förmodan överleva skulle hon få stora hjärnskador.

I 13 dagar svävade Shahrzad mellan liv och död medan behandlingarna avlöste varandra. Hela tiden vakade familj, vänner och släktingar vid hennes sida. När Shahrzad väcktes efter att ha varit nedsövd i 13 dagar var hjärnan det



Personliga tränaren Kajsa har betytt enormt mycket för Shahrzads utveckling. – Det hade inte gått utan henne, den här resan gör vi tillsammans, säger Shahrzad.

enda organ som inte hade sviktat under tiden hennes kropp envist kämpat mot döden.

– Det är det jag är mest tacksam över. Det var riktig änglavakt.

När Shahrzad blivit tillräckligt stabil flyttades hon till sjukhuset i Borås så att hon skulle få vara närmare familjen. Hon låg fortfarande på intensivvård och fler operationer följde. Den 28 maj amputerades båda Shahrzads underben på Mölndals sjukhus. Underbenen saknade blodcirkulation och gick inte att rädda.

– Det kom som en smäll. Jag skulle ha dött men jag hade klarat mig. Mina organ skulle inte kunna fungera men de hade kommit tillbaka ett efter ett. Jag tänkte att

## ”När jag såg bilder på mina ben som var helt svarta och hade bortskuren vävnad förstod jag varför de behövdes tas bort”

jag kommer att fixa det här. I det blev benen ett väldigt stort misslyckande för mig. När jag såg bilder på mina ben som var helt svarta och hade bortskuren vävnad förstod jag varför de behövdes tas bort. Jag kan acceptera det men jag har fortfarande inte förlikat mig med det.

En jobbig period med existentiella tankar om varför just hon drabbats följde.

– Jag kunde förstå det som hänt och konsekvenserna av det. Men varför jag?

Det tog ett år innan Shahrzad kunde gå med proteser utan problem. Nu löper hon med specialdesignade ”blades”.

Värst blev det när Shahrzad i september 2012 fick sina proteser. Hon kunde inte ha på sig dem mer än en minut i taget. Gick hon i tio sekunder började den transplanterade huden blöda och höft och ländrygg smärtade. Först ett år senare kunde hon gå utan större smärtor och problem.

– Det var en käftsmäll. Jag trodde att det bara var att ta på proteserna och ta-da, titta på mig liksom. Jag kunde knappt stå ut mer. Men jag valde att vända på det. Jag gjorde upp en plan och satte upp små mål för mig själv: nu ska jag träna så här många gånger denna vecka och nu ska jag lyckas gå så här långt denna vecka.

– Nu är det till och med så att jag ibland glömmer att jag har proteser. Det har blivit så normalt att jag inte känner att jag har dem längre. Det är ganska coolt.

I maj 2013 reste Shahrzad till New York på semester. Även om hon satt i rullstol och inte orkade gå själv som hon hoppats blev resan en vändning. – Jag hade de tio bästa dagarna någonsin. Fast jag inte nått mitt mål fick jag försonas med att det var bra

nog. Jag åkte hem med ett nytt driv.

Det är svårt att tro att Shahrzad och hennes personliga tränare Kajsa bara känt varandra i några år. De skrattar, småretas och fyller i varandras meningar.

– Jag hade aldrig klarat det här utan Kajsa. Vi gör den här resan tillsammans, säger Shahrzad.

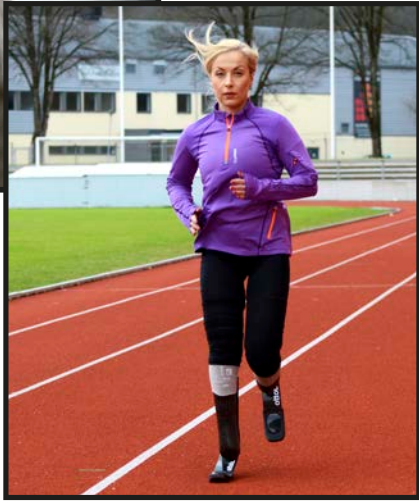
I slutet av förra sommaren inleddes resan vars mål är Sveriges största triathlontävling den 22 augusti i Stockholm. Då väntar en olympisk distans. 1 500 meters simning, fyra mil cykling och en mil löpning. En tuff utmaning för vem som helst. Ännu tuffare för dubbelamputerade Shahrzad.

– Det finns en förväntan i samhället på vad man kan och inte kan göra. Men Shahrzad låter inte det hindra henne. Hennes driv är en otrolig styrka. Vi tränar inte annorlunda än om Shahrzad skulle haft underben, säger Kajsa.

Att det blev just ett triathlon var mest en slump. Det kunde lika gärna ha varit löpning eller skidor. Det är målet, att utföra och avsluta något som har blivit en del av läkningsprocessen berättar Shahrzad.

– Att ha något att sträva mot gör att jag hittar drivet jag behöver för att gå vidare.

Shahrzad och Kajsa tränar runt tio timmar i veckan till-



Shahrzad har tränat målmedvetet, både med tränare och på egen hand, sedan sommaren 2014.

sammans. Dessutom tränar Shahrzad mycket på egen hand samt simning med simtränaren Jonas Söderberg.

Inför simningen och cyklingen är Kajsa övertygad om att Shahrzad är rätt förberedd inför tävlingen. Värre har det varit med löpningen. Shahrzad har specialdesignade löparproteser, så kallade ”blades”, S-formade proteser som kräver ett avstamp för att fungera. Att hitta ett naturligt löpsteg har varit en smärtsam upplevelse. Men nu har Kajsa och Shahrzad nått ett genombrott. Löpsteget har börjat infinna

## ”Att ha något att sträva mot gör att jag hittar drivet jag behöver för att gå vidare”

sig och proteserna skaver inte alls som förut.

I en blek Boråssol springer Shahrzad, för första gången i år, utomhus på Ryavallens löparbanor. Hon ser nästan ut att sväva fram på sina blades.

– Det är skönt för självkänslan. Det är klart att jag också har dåliga dagar. Men jag har bestämt mig för att jag inte tänker bli min sjukdom eller det som har hänt mig. Det är jag som är den som bestämmer vad jag ska göra med resten av mitt liv.

På sin blogg berättar hon om sin resa mot sommarens triathlon och i vår väntar föreläsningar om sjukdomen och vägen tillbaka.

– Jag är egentligen en privat person som inte gillar att dela med mig av mitt liv. Men jag vill hjälpa andra utsatta människor som på något sätt befinner sig i en mörk plats i livet. Jag vill hjälpa dem att se sin egen förmåga.

– Förhoppningsvis kan någon relatera till min historia och hitta kraft i den. Det är emotionellt uttömmande för mig att berätta om det som hände mig. Men om det kan hjälpa någon annan har jag gjort mitt. Då är det som hände mig inte helt förgäves. ●

### Färre än 100 per år drabbas

I Sverige drabbas färre än 100 personer årligen av sjukdomen. Meningokocken är en grupp bakterier som förekommer i näsa och svalg hos uppemot tio procent av befolkningen, alltså även hos friska personer. Meningokockinfektioner drabbar främst barn, tonåringar och yngre vuxna. Sjukdomen meningokocksepsis är en allvarig infektion

som framkallar en kraftig allmänreaktion i kroppen. Sjukdomen utvecklas gradvis över en eller två dagar men kan också bli livshotande på ett par timmar. Några vanliga symtom är allmän sjukdomskänsla, frossa, feber, kräkningar, huvudvärk och muskel- och ledvärk. Sjukdomen kräver alltid sjukhusvård och i särskilt svåra fall, som Shahrzads, intensivvård.

VILL DU OCKSÅ BERÄTTA DIN HISTORIA? MEJLA: [RED@AMELIA.SE](mailto:RED@AMELIA.SE) DÖP MEJLET TILL ”DET HÄNDE MIG”