

Enten dør jeg – eller også gør jeg noget

Valget var egentlig ret let for Kirsten Hansen, da hun for 15 år siden endnu engang kom hjem efter en tur på den lukkede afdeling. Lægerne havde stemplet Kirsten som mani-depressiv, og hun var dømt til et liv på stærk antidepressiv medicin, men den dom kunne hun ikke leve med. I dag er hun medicinfri.

”Jeg er fra en generation, hvor vi tror på alt, hvad lægerne siger til os.” Sådan fortæller 58-årige Kirsten Hansen fra Aalborg, der den 1. juni udgiver bogen *Vendepunktet*. Titlen refererer til den dag, hvor Kirsten endelig magtede at sige nej til den dom, som læger gennem en årrække havde givet hende. ”Du er mani-depressiv, og du bliver aldrig rask,” sagde de til hende, og hun blev stillet i udsigt at skulle tage stærk antidepressiv medicin resten af sit liv. Indimellem røg hun nogle dage eller uger på den lukkede afdeling, og det var i det hele taget ikke et værdigt liv for en mor til to, hvis mand oven i købet var død i en alder af kun 39.



Som plaster på et skudsår

Kirsten Hansen var klar over, at hun langsomt ville dø, hvis hun accepterede lægernes dom. Hun tog det svære valg og i samarbejde med lægen lagde medicinen på hylden på trods af alle advarsler.

”Jeg kunne se, at medicinen var som at sætte plaster på et skudsår. Det handlede jo ikke om, at jeg skulle nedtone min mani-depressive side, men om at jeg skulle få bugt med de traumer, jeg bar rundt på, blandt andet min mands alt for tidlige død.”

Ved hjælp af samtaler med en gestaltterapeut fik Kirsten taget de første skridt mod den medicinfri tilværelse, hun lever i dag. Samtidig byggede hun videre på sin massageuddannelse og fik mere og mere interesse for alternativ behandling – så meget, at hun nu lever for at hjælpe andre ud af situationer, der minder om sin egen.

Vil være det gode eksempel

Med *Vendepunktet* vil Kirsten Hansen vise nogle af de omkring 500.000 danskere, der dagligt tager lykkepiller eller anden antidepressiv medicin, at de godt kan lære at sige nej tak.

”Jeg håber, min personlige historie kan være en øjenåbner for andre, der som mig er en del af flinkeskolen og bare gør, som lægerne siger. Det er hårdt at konfrontere sine traumer, det lægger jeg ikke skjul på, men det er alligevel meget bedre end at skulle leve et liv på medicin.”

Kirsten Hansen stiller gerne op til interview og kan kontaktes på telefon 60664473.

Titel: Vendepunktet
Forfatter: Kirsten Hansen
Pris: 129 kroner
ISBN: 978-87-92573-13-1
Sideantal: 135 sider
Udgivelsesdato: 1. juni 2010
Kan købes hos: Alle landets boghandlere, diverse netboghandlere og www.skriveforlaget.dk

Denne pressemeddelelse samt forsiden af *Vendepunktet* kan hentes i elektronisk form på www.skriveforlaget.dk under Presserum.