

DA VINNIE TÆMMEDE SIN TINNITUS

AF LISBETH KRISTINE CEDRAY
FOTO ALEX TRAN

STRESS ØDELAGDE VINNIES LIV MED NEDSAT HØRELSE OG TINNITUS – BEHANDLINGSFORMEN KRANIO-SAKRAL GAV HENDE ET NYT OG BEDRE LIV

Vinnie Ladefoged Jensen sad på sin vante plads på guldsmedeværkstedet. Der var travlt, for det var jul. Hun følte det, som om en influenza var på vej, og hun prøvede at ignorere symptomerne, for juletid er ikke den tid, man lægger sig syg. Firmaet var i sin spidsbelastningsperiode med dobbelt så mange opgaver som normalt.

– Hold lige øje med mig, sagde Vinnie til kollegaen, fordi hun var så svimmel, at hun var sikker på, at hun om lidt ville falde ned af stolen.

Hun klarede arbejdsdagen, og næste morgen finder hun ud af, at hun ikke hører særligt godt på det ene øre. Så hun ringer til lægen og tænker selv, at det er en prop i øret.

– I dag kan jeg se, at det var tåbeligt, at jeg kørte bil, for jeg var utroligt svimmel.

Faktisk sejlede jeg afsted, som var jeg fuld fra en julefrokost.

Vinnies læge sender hende akut til ørelægen, og her får hun piller mod blodtrykket, da alle frygter, hun har haft en blodprop. Og målingerne viste, at hørelsen var nedsat. Så Vinnie kører hjem i seng. Og dagen efter er hun igen på jobbet.

– Jeg går som i en osteklokke og kan ikke høre mine kolleger, hvis de taler til mig bagfra. Og jeg var både sikkerhedsrepræsentant og tillidsmand og tager ikke mig selv alvorligt. Jeg passede bedre på de andre end mig selv, siger hun med en tør latter.

Da de endelig målinger kom viste det sig at Vinnie kun havde 15% hørelse og efter et stykke tid røg hun op på 35-40%.

– Min reaktion var nok mest irritation. Over at jeg ikke virkede optimalt. Jeg var så stresset på jobbet, at jeg ikke reagerede med andet end irritation, siger Vinnie.

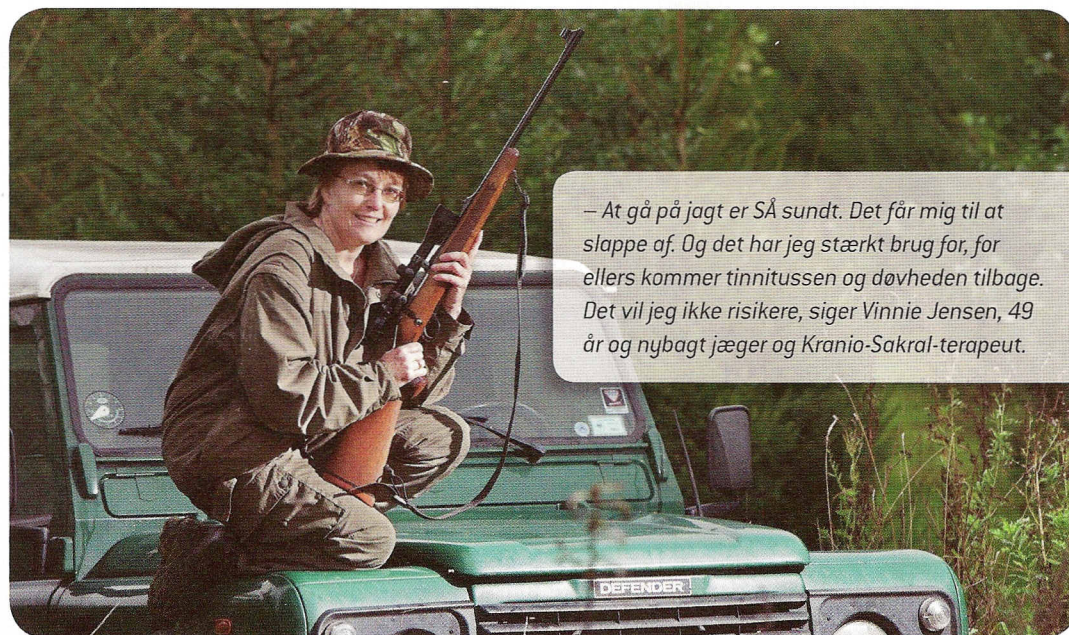
Som tiden går, tænker Vinnie, at hun må til at sætte sit tempo ned. For i takt med at hørelsen bliver lidt bedre, kommer tinnitussen. En konstant brummende lyd, der dræner hendes energi og gør hende dødtæt – allerede ved frokosttid.

– Alt det jeg kunne før, fx at multitaske, ja, det var uigenkaldeligt slut. Og jeg føler ikke, at jeg slår til. Jeg føler ikke, jeg kan nå halvdelen af det, jeg kunne før. Så jeg begynder at sige fra. Derhjemme og på jobbet, siger hun.

Jeg skal leve med det her

Privat ender det med en skilsmisse, som splitter familien med mand og to sønner op. Vinnie havde ikke kræfter til at kæmpe. Og hendes eneste tanke var ”jeg skal bare overleve det her”.

– Faktisk troede jeg osse selv, at jeg havde haft en blodprop.



– At gå på jagt er SÅ sundt. Det får mig til at slappe af. Og det har jeg stærkt brug for, for ellers kommer tinnitussen og døvheden tilbage. Det vil jeg ikke risikere, siger Vinnie Jensen, 49 år og nybagt jæger og Kranio-Sakral-terapeut.

HVAD ER KRAMIO-SAKRAL:

Kranio-Sakral Terapi er en meget blid men dybtgående manuel behandlingsform, som arbejder med kroppens egne ressourcer, så kroppen påvirkes til at helbrede sig selv.

Kranio-Sakral Terapi udøves i dag blandt andet af læger, sygeplejersker, fysioterapeuter og andet sundhedspersonale i USA, Europa, Australien og New Zealand og kom til Danmark midt i 80-erne.

Læs mere om Vinnie Ladefoged Jensen her:

www.gertvinnie.dk



– Mit arbejdsliv ”overlevede”, jeg fik lidt mindre at lave. Men hvis der var gået et år mere på den her måde, ja, så var det endt grueligt galt, siger hun.

Som tiden går, dukker en ny kæreste op, Gert. De mødtes egentlig for at tale om hver deres skilsmisse og hente gode råd hos hinanden. Det endte med kærlighed og bofællesskab.

– Gerts søster var ved at uddanne sig til Kranio-Sakral terapeut. Og vi var begge lidt nysgerrige på, hvad det var for noget. Så jeg fik to behandlinger. Og de skabte en radikal ændring i mit liv.

Fra at være i konstant stress blev Vinnies krop beroliget. Den reagerede på, at hun brugte mindre energi på at stresses over alt det, hun aldrig nåede. Det blev rarere at være Vinnie, fortæller hun. Især fordi hun efter anden behandling oplevede noget nær et mirakel.

– På vej hjem i bilen hører jeg en høj larmende lyd. Jeg kører ind på en rastepuds for at undersøge, hvad i alverden der var galt med bilen. Den fejlede intet. Det var motoren, jeg kunne høre. For første gang i lang tid. Jeg havde fået min hørrelse tilbage – for fuld udblæsning. Den lyd var så stærk, at det faktisk gjorde ondt at køre hjem, fortæller Vinnie.

De ændringer, som behandlingerne skabte, fik Vinnie til at tage på en uges kursus sammen med Gert – og den nye viden de fik, er faktisk blevet deres levevej. De er i dag begge uddannede Kranio-Sakral terapeuter og massører – og har fælles klinik i hjemmet.

For de sagde begge deres jobs op – og nu lå nye veje åbne. I et helt andet tempo.

– Jeg ved i dag, at stress gav mig tinnitus og at Kranio-Sakral behandlingerne fik mig til at kunne høre igen uden tinni-

– Vi var overhovedet ikke alternative. Og nu lever vi af det. Gert var fabrikschef og jeg arbejdede som gravør. I dag er vi både massører og Kranio-Sakral-behandlere. Fordi jeg mærkede på egen krop, hvordan det skabte en markant ændring og fik min tinnitus til at forsvinde og gav mig fuld hørrelse tilbage, siger Vinnie Jensen.



– *Jeg ved i dag, at stress gav mig tinnitus og at Kranio-Sakral behandlingerne fik mig til at kunne høre igen uden tinnitus.*

tus. I dag er min hørelse alderssvarende, som den 49-årige kvinde jeg er. Mit liv er lagt om. Jeg passer gevaldigt på ikke at udsætte mig for stress. Og med alle de eksaminer jeg har været igennem de senere år som behandler, ja, så kommer der eksamensstress og så behandler Gert mig. Det giver mig en basissikkerhed, at jeg har min egen Kranio-Sakralbehandler lige ved hånden, griner hun.

– Med Kranio-Sakral-terapien har jeg fået en indre ro og kan imødegå stressende faktorer, som jo altid vil komme i livet.

For nylig tog Vinnie jagttegn og sammen med Gert deler hun jagtopplevelser både herhjemme og i Tyskland.

– Det er igen et af de elementer, der er afstressende. At køre i vores langsomme Land Rover – at være i naturen. Og ja, jeg bruger selvfølgelig høreværn. Jeg har lært at passe på mig selv. Og på min hørelse. Før kunne det godt være sjovt med al den energi, jeg lagde for dagen. At have styr på alt. At have det totale ansvar. Men det førte mig så tæt på en grænse, hvor jeg overhørte alle faresignaler.

Vinnie fortæller, at det da ikke er let at lægge sit liv så radikalt om. At lære at slappe af, hvor man før var kontrolfreak med 210 km i timen.

– Så hjælper det at have en rolig mand og at vide, at jeg altid kan få en behandling, når jeg nærmer mig grænsen. Og at have fået hørelsen igen og være sluppet af med den forfærdelige tinnitus, ja, det gør, at jeg ved, at jeg aldrig, aldrig vænner tilbage til et stresset liv. Og der er Kranio-Sakral blevet min livline, siger hun.



– *Når jeg kan mærke, at stressen får tag i mig, så bimler alle alarmklokker, og denne gang lytter jeg til dem. Og så er det om at få min mand til at give mig en behandling. Og den virker omgående, siger Vinnie – her i sin mands hænder under en Kranio-Sakral-behandling.*

