

Lev, elsk – og sig sandheden!

Vi lever, vi elsker, vi nyder, vi griner.

Vi græder. Vi skændes. Vi bliver syge. Vi er mennesker!

Vi er alle lidt af det hele. Men når man ser sig omkring – på mennesker på gaden, på kollegaerne, på Facebook – føler man sig ofte kikset og kedelig. Udefra kan det se ud, som om alle bare har det tjekkede liv med masser af kærlighed og styr på både det indre og ydre – og man absolut er den eneste, der kæmper. Sådan forholder det sig selvfølgelig ikke. Men taler vi ikke om det grimme, det hårde og det udfordrende, så vedbliver det med at være tabuiseret og forbundet med følelsen af skam og fiasko. En af frontkæmperne for denne bølge af utilslørede ærlighed er blogger, forfatter og foredragsholder Michelle Hviid. Hun har de seneste år været hudløst ærlig omkring sit omtumlede kærlighedsliv, sine opture med succes og penge og – senest – sin store nedtur, efter at hun i december sidste år fik konstateret en stor tumor i hjernen.

Nogle hader hende og synes, hun er grænseoverskridende narcissistisk, andre elsker hende for at turde sige tingene, som de er, og derved bidrage til at nedbryde uopnåelige idealer og tabuer. Uanset om man tilhører den ene eller den anden fløj, kan man ikke andet end beundre Michelle for hendes handlekraft og mod til altid at rejse sig og kæmpe videre! Læs med på side 78, hvor vi i anledning af Michelles nye bog "Råstyrke" har interviewet om tiden efter hendes operation, og ikke mindst: Den udfordrende kærlighed. Mød også skuespiller Anne Sofie Espersen til en ærlig snak om en barndom fyldt med mobning.

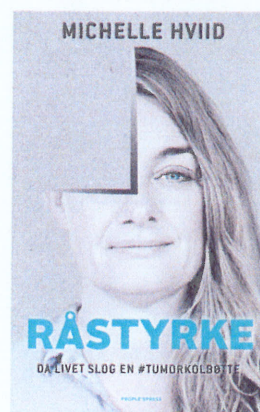
Camilla Kjems
Chefredaktør

camilla.kjems@femina.dk



"Jeg hader tabuer og synes, der er enormt meget handlekraft i sandheden. Jeg kan UMULIGT være den eneste i verden, der har haft det sådan, og jeg gider ikke skamme mig over det"

MICHELLE HVIID



MÅNEDENS MUST-READ

Michelle Hviid skriver i sin nye bog lige på og gribende om blive ramt af sygdom, hjerneskadet og forladt – og efterfølgende kæmpe sig tilbage til livet og kærligheden. Læs den!



BUKSER FRA KAREN BY SIMONSEN OG BLUSE FRA BIRGITTE HERSKIND.
HÅR & MAKEUP: FRISØSEN.DK. LASH EXTENSIONS: LAEKER.NU

Følg mig på min blog camillakjems.com

Michelle Hviid: Jeg vidste ikke,
om jeg stadig kunne
forføre
en mand

Hvordan rejser man sig som en sexet kvinde efter at have været igennem et livstruende sygdomsforløb? Med læber, der ikke kunne kysse, et øje, der ikke kunne lukke, et øre, der ikke kunne høre, og en krop, der ikke kunne holde balancen, følte Michelle Hviid, at hun i en alder af 42 år skulle starte forfra på den seksuelle arena. Hun blev for et år siden ramt af en tumor i hovedet og fortæller i sin nye bog **"Råstyrke"** om vejen tilbage til sig selv.

AF CAMILLA WASS
FOTO: CARSTEN SEIDEL OG PR



Vi mødte også Michelle i januar kort efter hendes operation. Læs det interview på femina.dk/michellehviid

MICHELLE HVIID

43, er blogger og indehaver af datingkonceptet Running Dinner. Hendes nye bog, **"Råstyrke"**, udkommer i morgen fredag på Forlaget People'sPress. I bogen fortæller Michelle Hviid om, hvordan hun har rejst sig igen, efter at hun i oktober 2014 fik konstateret en godartet tumor i hovedet:

"Det er min oplevelse af at have en tumor midt i hovedet, at blive livstruende syg, at blive vanvittigt angst og gennem råstyrke finde tilbage igen, i en helt anden og større udgave. Blandt andet som kvinde, som datter, som patient og som mor til to børn, Benjamin på 17 og Kamille på 9."

Læs mere på Michellehviid.dk

Jeg kunne aldrig finde på at slå en prut foran en kæreste. Men jeg var så syg, at jeg var ligeglad med, at jeg lå nøgen i sengen, og at folk hev i mig og vaskede mig. Inden operationen ville jeg have sagt: Jeg er overhovedet ikke forfængelig. Jeg får ikke ordnet negle, jeg barberer ben, som vinden blæser – og jeg sidder jo også hér – uden makeup og med halvvådt hår. Så jeg ER ikke specielt forfængelig. Men da jeg blev syg, gik det op for mig, at jeg er MEGA forfængelig – jeg havde bare været vant til, at ligegyldigt hvad jeg gjorde, så lignede jeg ikke en sæk kartofler. Dét var jeg bange for at miste – og så skete det jo.

Michelle Hviid behøver ikke mange stikord, før hun er i gang. Vi sidder i stuen i hendes lejlighed i Nordvest, og der er kaffe, juice, wienerbrød og blåbær fra hendes brors have på bordet. Og sandheden, den skal også på bordet, mener Michelle, der er aktuel med bogen **"Råstyrke"**, hvor hun – helt uden filter – fortæller om et sygdomsforløb, der ville have fået de fleste ned med nakken, men som hun med styrke og fighterånd har kæmpet sig igennem. Bogen er stærk tobak – sandheden serveret i rå, konstaterende sætninger.

– Jeg hader tabuer og synes, der er enormt meget handlekraft i sandheden. Jeg kan UMULIGT være den eneste i verden, der har haft det sådan, og jeg gider ikke skamme mig over det. Da jeg fik at vide, at jeg skulle skæres i hovedet, ledte jeg efter billeder på nettet af, hvordan man så ud efter sådan en operation – men uden held. Så længe ingen tør blotte sig, mens tingene står på, har vi ikke noget billede af, hvordan

det VIRKELIG er. Michelle smiler og tager sit lyse hår væk fra ansigtet.

– Arret er blevet meget pænere, siden jeg lagde et billede af det på Facebook, men jeg fået 28 sting og er blevet helt døv på højre øre. Jeg mangler stadig at få følelsen tilbage i en del af ansigtet, og mine læber er som en elastik, der er sprunget. Jeg øver mig hele tiden i at styre dem, siger Michelle og åbner og lukker munden i grimasser.

For snart et år siden fik Michelle Hviid, der til daglig er blogger, foredragsholder og indehaver af datingkonceptet *Running Dinner*, konstateret en godartet tumor i hovedet. Hun blev opereret, men noget under operationen gik galt, og Michelle blev alvorligt syg. Så syg, at hun tabte 20 kg, troede, vi var i 1993, og forsvandt som den kvinde, hun kendte sig selv som.

– Jeg vidste ikke, hvem jeg selv var. Det var som at stå med en fremmed dame og tænke: Hvem fanden er HUN? Jeg så mærkelig ud i hovedet – det hele hang, og jeg lignede en sørøver. Mine veninder græd, når de så mig, fortæller Michelle.

KAN MAN STADIG FORFØRE?

Er man stadig en sexet kvinde, selv om man har været alvorligt syg? For Michelle, der altid havde haft forførelsen og det seksuelle spil som en vigtig del af sit liv, blev dette spørgsmål ved med at rumstere.

– Mit selvbillede ændrede sig. Jeg har altid godt kunnet lide legen i at forføre, og jeg elsker at tænde min mand. Hvis jeg ikke kan DET – hvem er jeg så? Og jeg vidste ikke længere, om jeg kunne. Hvordan skulle jeg sidde og have flirt i øjnene, når jeg ikke kunne lukke mit →



”Jeg hader tabuer og synes, der er enormt meget handlekraft i sandheden”

← højre øje? Hvordan skulle jeg være sexet, mens jeg savlede ud af munden – eller hvis jeg ikke kunne ramme døråbningen? Michelle var nyforelsket i lægen Per, da hendes tumor blev opdaget. Men forholdet gik i stykker, mens hun var syg.

– Jeg mødte ham i august, vi blev kæresten i slutningen af september, og i oktober bad han mig om at gå til lægen, fordi han syntes, der var noget galt med mit ene øje. Forholdet var helt nyt – og Per fik mine børn, min familie, et hospital og et vildt sygdomsforløb smidt lige i nakken. Jeg var meget forelsket i ham, men han KUNNE ikke. Det var simpelthen for meget, og det kan jeg godt forstå, fortæller Michelle og tager en dyb indånding.

– Da Per gik fra mig, begyndte jeg at tænke meget over, at jeg ikke længere var den samme. Inde i mit hoved skulle Per kigge på mig og tænke: Hvad kan jeg gøre med hende seksuelt? Jeg havde ikke lyst til, at han skulle tænke: Gad vide, om hendes øje nu lukker normalt? Jeg ville ikke være hans patient.

SINGLE MIDT I SYGDOMSFORLØBET

Selv om forholdet var nyt, tog det hårdt på Michelle at blive single, mens hun var alvorligt syg.

– Når alle var gået i seng, og alt var lukket og slukket, lå jeg alene i min seng og var MEGA ensom. Jeg havde sendt min mor

hjem, fordi hun hjalp mig alt for meget. Jeg var nødt til at lære selv at lave havregrød og skrælle kartofler, selv om jeg faldt og smadrede ting undervejs. I begyndelsen kunne jeg bruge en hel søndag på at skrælle fire kartofler, men jeg GJORDE det, fortæller Michelle med stolthed i stemmen.

– Og så blev jeg single – og stod med den sårbarhed, man ofte har: Hvad skal der blive af mig, den skøre gamle kattedame, der findes sikkert ingen mænd, der kan elske mig. Man bilder sig selv alle mulige ting ind, når man er single. Og i den situation kendte jeg ikke længere mig selv.

Michelle kæmpede hver dag for at genvinde sin førlighed, og midt i denne periode blev hun kontaktet af en mand, der havde set et billede af hende på forsiden af DJØF-bladet og ville invitere hende på date.

– Jeg prøvede at skræmme ham væk ved at sige, at billederne var taget, inden jeg blev syg, og at mit udseende havde ændret sig. Men han var meget insisterende, så jeg valgte at give det en chance og tog på date med ham, fortæller Michelle.

Men daten gik helt galt. Kemien var skæv, og Michelle følte sig ikke godt tilpas. På et tidspunkt i løbet af aftenen spurgte hun direkte, hvorfor hun var blevet inviteret.

– Han svarede: ”Jeg så dig i bladet og syntes, du var enormt smuk – men sådan ser

du jo ikke ud mere ...”. Jeg tror ikke, han sagde det for at såre mig – men det ramte mig så hårdt, at jeg fik en pil gennem hjertet. Da jeg kom hjem, tudbrølede jeg, fortæller Michelle.

Hos Michelle findes der ingen tabuer. Hvor andre ville have gemt ansigtet væk i puden, skrev hun en statusopdatering på Facebook om den mislykkede date.

– Den læste Niels, og han inviterede mig på middag. Vi havde haft en flirt kørende for nogle år siden, og jeg tænkte: Ham bliver jeg nødt til at være sammen med – ligesom når man er 15 år og leger med det første kys, fortæller Michelle og griner lidt.

SKULLE BRUGE EN MANDEKROP

– For at sige det ligeud, så skulle jeg bruge en mandekrop. Jeg havde brug for at finde ud af, om jeg stadig kunne kysse. Jeg drak med sugerør i flere måneder, og mens jeg kørte bil, sad jeg og øvede mig i at holde en ispind mellem læberne. Men man kan jo ikke kysse med åben mund og savl – og hvis jeg ikke kunne kysse, kunne jeg så finde ud af at dyrke sex?

Frygtløse Michelle tog af sted på endnu en date – for første gang i sit liv uden make-up, fordi det ene øje ikke kunne lukke.

– Niels var enormt omsorgsfuld, men jeg prøvede hele tiden at skræmme ham væk ved at fortælle om alt det, der var galt med mig – for jeg kunne ikke klare endnu et nederlag. På et tidspunkt sagde han til mig: ”Michelle, hvis du går ud og brækker dig i mit badekar, så synes jeg stadig, du er dejlig”.

Michelle kigger på en kæmpe buket langstilkede røde roser, der står på bordet.

– Niels var simpelthen bare så sød, og vi er stadig kæresten. Han har lige fået en stor portion følsomhed med, og det har nok været lidt overvældende for ham. Men den åbenhed, der var lige fra starten, gjorde, at vi bare klikkede fuldstændig sammen.

I sin nye bog beskriver Michelle, hvordan hun efter sin sygdom var nervøs for, om hun skulle starte forfra rent seksuelt – i en alder af 42 år.

– Det skulle jeg heldigvis ikke, jeg er helt det samme sted som før. Jeg vidste ikke, om jeg kunne – men det kunne jeg heldigvis godt, smiler Michelle hemmelighedsfuldt. ■

Vi har kæmpe berøringsangst i forhold til sygdom og seksualitet

Det kan let blive pinligt, og derfor tør ingen være den første, der spørger om seksualitet efter sygdom, siger sexolog og sygeplejerske Else Olesen, der ofte er ude og holde foredrag for patientforeninger og plejepersonale på hospitalerne.

Hvad spiser du til morgenmad, hvordan fungerer din mave, hvordan går det med din seksualitet? Det burde være helt naturligt, at plejepersonalet spørger ind til vores seksualitet på lige fod med alle mulige andre ting. Men sådan er det desværre ikke ude på hospitalerne. Vi taler ikke om det, fordi det let kan blive pinligt, og mange er bange for at træde folk over tæerne. Det fortæller sexolog Else Olesen, der også har en baggrund som sygeplejerske og har specialiseret sig i at rådgive om sygdom og seksualitet.

– Mange patienter oplever at blive afvist, når de spørger om sex efter sygdom. "Spørg din egen læge, spørg fysioterapeuten – eller spørg rengøringskonen, for hun ved sikkert mere end mig". Ude på hospitalerne er det ofte sådan, at man kaster bolden videre, fortæller Else Olesen.

Hvorfor er sygdom og seksualitet så tabubelagt?

– Fordi det er et af de områder, hvor vi er allermost sårbare. Følelserne er på højkant, og vi kan enten selv blive sårede, fordi vi ikke slår til rent seksuelt – eller vores partner kan blive såret, fordi han eller hun ikke kan håndtere, at de erogone zoner ofte ændrer sig efter sygdom. Det ER et rigtig sårbart emne, og man kan let komme til at gøre nogen kede af det.

TROR, SEX KUN ER FOR DE UNGE OG SMUKKE

Oven i det oplever Else Olesen, at mange patienter bliver flove over at tænke på deres seksualitet.

– Seksualitet bliver set lidt som et luksusproblem. Nu har du overlevet din sygdom, hvad er så problemet med at undvære en smule sex? I min praksis møder jeg mange, der fuldstændig dropper seksualiteten, når de bliver ramt af sygdom. Og det er synd, for et tilfredsstillende sexliv kan være oaser af velvære i en ellers svær tid. Man skal huske på, at hvis seksualiteten ikke fungerer, så er det ofte grobund for misforståelser, skyld og et dårligt fungerende parforhold. Og hvis du har et parforhold, der ikke fungerer, samtidig med at du skal komme dig oven på en sygdom, så kommer parforholdet til at sluger al din energi.

Seksualitet handler i høj grad om tiltrækning – hvordan kan man arbejde med at føle sig tiltrækkende, hvis man for eksempel har mistet håret eller fået fjernet det ene bryst?

– Vi har et samfundsideal om, at sex er forbeholdt de unge og smukke. Hvis man har nogle skavanker, så træder man ved siden af. Det betyder også, at mange isolerer sig – de kan ikke overskue at skulle være kærestepotentiale. Men det handler i høj grad om at være nysgerrig, tålmodig og opdage sig selv på ny.

Hvordan gør man det?

– Først og fremmest er det vigtigt, at du bliver fortrolig med din "nye" krop. Jo bedre du har det med dig selv, jo nemmere vil det være for dig at nyde sex og intimitet. Stil dig foran spejlet og prøv at anerkende det, du ser, og tænk på dig selv som et seksuelt menneske, med dine skavanker. Det kan godt være, mit ansigt hænger lidt efter operationen – men dén røv kan ikke undgå at blive piftet efter.



Else Olesen er sexolog og sygeplejerske og har specialiseret sig i rådgivning omkring sygdom og seksualitet. Hun holder jævnligt foredrag for patientforeninger og plejepersonale på landets hospitaler og underviser bl.a. på masteruddannelsen i klinisk sexologi på Aalborg Universitet. Desuden har hun skrevet to bøger om emnet – læs mere og få gode råd til sex efter sygdom på Elseo.dk

djøfbladet

Magasinet

for medlemmer af Djøf

Nr. 02 | 30. januar 2015

Michelle uden filter

Foredragsholder
Michelle Hviid
er kendt for at
være autentisk.
For hende ligger
lykken i at være
totalt ærlig



FINANSMINISTERIET

**MCKINSEY-LOGIK ELLER
TILLIDSREFORM?**

MARKEDSFØRING

**AALBORG LUFTHAVN
VINDER TERRÆN**

LEDELSE

**FORSKNINGSLEDELSE
KRÆVER ... LEDELSE**





Ikke en pleaser

Hun blev smidt ud af skolen, fordi læreren ikke måtte bestemme over hende. Hun blev fyret fra arbejdspladser, fordi cheferne heller ikke måtte. Det var først som voksen, at hun mødte den største frihed af dem alle: ***At turde stå ved, hvem hun er.***

Af *Else Marie Lehmann* / Foto *Per Morten Abrahamsen*



Michelle Hviid hylder selvironi. Man skal turde vise sine svagheder. Perfektionisme er kedeligt og stressende, mener hun.



Michelle Hviid er kendt for at være *autentisk* – et tema hun de senere år har holdt flere hundrede foredrag om. For det er netop der, lykken, den private såvel som den arbejdsmæssige, ligger, har hun fundet frem til. At turde stå ved hvem hun er, lige meget hvem hun befinder sig overfor. At være fuldstændig ærlig og åben omkring det søde og det sure. Både karrieremæssige opture og rutsjebaneture i kærlighedslivet. Om opdagelsen af en tumor i hjernen og glæden over begejstrede tilbagemeldinger fra et vellykket foredrag.

”For mig er det mega-stressende at skulle opretholde en facade. Jeg ville få ondt i maven, hvis jeg ikke kunne fortælle, hvordan jeg havde det og på den måde indirekte bede om hjælp. Det er jo det, man kan, hvis man tør sige, at man har sovet dårligt eller er uvenner med sin kæreste. Eller har fået et skattesmæk, man ikke havde set komme. Hvis man tør sige det på jobbet og til sine omgivelser i det hele taget, så giver det jo andre mennesker en mulighed for at navigere omkring en. Jeg ville have det rigtig skidt, hvis jeg afskrev mig den mulighed. Jeg ville få stress,” slår hun fast.

”Jeg er sgu ligeglad”

Derfor er Michelle bare Michelle. Både når humøret er i top, og når det er helt i kulkælderens. Uanset hvad folk så måtte mene om den sag.

For det sker – ofte – at andre mener noget, når man er Michelle uden filter. Når man på de sociale medier skriver om sine op- og nedture. Så er der nogen, der synes, at man burde lade være. Og som mener, at man bør slette det, de finder mest privat og følsomt.

“De dage, hvor jeg er en fantastisk forretningskvinde, der er jeg sandsynligvis en nederen mor”

Michelle Hviid

Det gør Michelle aldrig. Hun forbeholder sig retten til at være, som hun nu engang er. Til at gøre som, hun selv synes, er bedst. Og til at blæse på, hvad andre mener – så længe, hun hverken er ondskabsfuld eller yder skade. Fordi det reelt betyder så lidt, men er så utrolig hæmmende, hvis det alligevel får lov til at fylde.

”En af de største stopklodser i verden er frygten for, hvad de andre tænker. Det er en kæmpe, kolossal, gedigen stopklods, som jeg synes, står i vejen for en masse fantastiske ting, initiativer og tanker. En af mine største friheder er, at jeg er fuldstændig fri af, hvad andre tænker om mig og ærligt kan sige: Jeg er sgu ligeglad!”

Håbløst at *please* alle

At slippe intentionerne om at være perfekt og elsket af alle har givet den frihed, der er så vigtig for hende. For det der med at ville *please* alle er alligevel et fuldstændig håbløst projekt. Det oplevede Michelle engang på et 16 kvadratmeter stort kontor, hvor stemningen af stadig ukendte årsager

var blevet temmelig ubehagelig mellem hende og en kollega.

”Det var ikke rart, at der ikke blev sagt godmorgen på en ordentlig måde. Og det var ubehageligt, at jeg ikke turde bede ham om at skru ned, hvis han skuede op for radioen. Og at han skruede ned, hvis jeg skruede op. Alt blev bare ubehageligt, og jeg mistrivedes voldsomt. Så jeg besluttede mig for at snakke med ham og sagde: Hvis jeg har gjort et eller andet, der har pisset dig af, eller hvis jeg gør noget, der irriterer dig, så fortæl mig, hvad det er, så jeg kan rette ind.” Og så svarede han:

“At stå ved dig selv kræver, at du tør udstille din egen sårbarhed. Det er det, der er svært for mange mennesker”

Michelle Hviid

Nu er det jo ikke farven på din trøje, jeg ikke kan lide,” fortæller Michelle og griner.

”Okay! Han kan ikke lide mig. Men hvis han har afskrevet mig, så behøver jeg heller ikke at hoppe og danse for at forsøge at *please* ham.”

Så selvom svaret ikke var det, hun havde forventet, så var det en stor befrielse at få sandheden på bordet. Så var der noget at forholde sig til og navigere ud fra. Og så blev alt meget nemmere.

Både blæret og nederen

At Michelle også selv har valgt den hudløst ærlige stil om sine styrker og svagheder, og hvad der rører sig i hende, er – lidt til hendes egen overraskelse – blevet modtaget meget positivt omkring hende.

”Jeg troede, at mine omgivelser ville reagere helt modsat af, hvad de gjorde. Jeg troede egentlig, at folk ville sige fra overfor, at jeg smed alle paraderne og mene, at jeg blev for meget. Men der skete det modsatte. For jo mere, jeg tør vise mine svagheder, og jo mere jeg tør grine af mine dumheder, jo mere trygge er andre folk i mit selskab, og jo mere tør de vise af sig selv.”

Perfektionisme, derimod, er kedeligt og stressende, synes hun. Og heldigvis ikke noget, hun selv er tynget af.

”Jeg plejer at sige, at jeg er den mest fantastiske mor, og jeg er den mest blærede forretningskvinde. Men jeg er det *ikke* samtidig. De dage, hvor jeg er en fantastisk forretningskvinde, der er jeg sandsynligvis en nederen mor. Og de dage, hvor jeg er en fantastisk mor, der er jeg sikkert en ret nederen erhvervskvinde. For de dage, hvor vi sidder og spiser hjemmelavede madpakker på fine tæpper oppe på Hornbæk strand og spiller bold, der har jeg sandsynligvis ikke fået svaret på mails. Og de dage, hvor jeg holder tre foredrag i Jylland, der har mine børn fået mærkelige madpakker med, og jeg har ikke selv sendt dem af sted i skole.”

Et helt menneske

At Michelles åbenhed og stil påvirker folk omkring hende, skriver Marianne Stagetorn Kolos meget gerne under på. De to mødte hinanden gennem velgørhedsprojektet ’Kvinder for indflydelse’ og har bl.a. rejst sammen i Afrika. Siden har juristen og kagekonen fra konditoriet La Glace været en stor beundrer. Det kan man nemlig sagtens være, selvom man på mange måder er hinandens diamentrale modsætninger.

”Jeg har stor respekt for Michelle. Hun giver meget af sig selv, og hun får andre til at fremstå som den bedste version af sig selv,” fremhæver hun.

”For man får lyst til at gøre det hele lidt bedre, når man har været sammen med hende.”

En af hendes forklaringer er netop, at Michelle er et *helt* menneske. En anden er, at hun er gavmild med omsorg og råd – *uden* at være bedrevidende.

”Hvis man bare læser om Michelle, så tænker man måske, at hun ikke er til at holde ud at være sammen med og har flyttet om på hele ens liv efter to minutter. Men sådan er det ikke i den virkelige verden. Hvis man spørger efter råd, så får man det – men hun er aldrig frembrusende privat.”

Koncentreret handlekraft

Til gengæld kan man godt tillade sig at kalde hende handlekraftig. Direktør for reklamebureauet Sunrise, Michael Sølling, der kender Michelle fra dengang, hvor hun stadig var lønmodtager, sætter selv stor pris på hendes evne til at uddele et los bagi, når der er behov for det. På samme måde, som hun er kendt for at gøre det, når hun holder sine foredrag. For ham er Michelle intet mindre end inkarnationen af alt det, de fleste af os nok inderst inde gerne ville være.

”Hun er ærlig, kærlig og åbenhjertig. Sjov og underholdende. Hun er også selvstændig, stolt, utålmodig og dominerende – alt sammen tilsat en vis dosis damp og en lille smule mand.”



Forstået på den måde, at hun har en stærk trang til at "styre gashåndtaget". Noget der indimellem har kompliceret tingene for hende, både arbejdsmæssigt og privat.

Også af den grund er han glad for at se, at Michelle *har* fået øjnene op for alle fordelene ved at være præcis, som hun er – med *alle* de karaktertræk, hun rummer.

Ud med violinen og fat om lorten

Michelle Hviid har ingen intentioner om at trække sin model ned over hovedet på andre. Hun ved, at hun er mere ekstrem end de fleste, og at hendes metode ville være temmelig grænseoverskridende for mange. At nogen kan finde det ubehageligt at være så direkte og åben. Og at mange føler sig trygge ved at have en kerne, de forbeholder nære private relationer.

For mange er løsningen nok en mindre radikal model, foreslår hun. At begynde i det små med at mærke, hvad der føles let, og hvad der føles svært. At vælge den kollega man er mest fortrolig med og teste, hvad der sker, når man åbner op. Om man føler sig utilpas, eller om man lige som hende oplever at få en bedre relation til andre og sig selv.

Omvendt mener hun, at vi alle har en pligt til at åbne munden og sige til og fra, hvis vi er utilfredse med noget. Både privat og arbejdsmæssigt.

"Når der sidder nogen omkring mig og siger: Jeg har et kæmpe problem med min chef. Jeg føler, at hun *overruler* mig, når vi sidder til møder. Hun tager æren for mit arbejde. Eller: Jeg er rigtig ked af, at min kollega får 800 kroner mere i løn end mig, når vi laver nøjagtig det samme. Hver ene-



BLÅ BOG

MICHELLE HVIID

- Født i 1972 i Australien
- Selvstændig iværksætter gennem 20 år, bl.a. med datingvirksomheden Running Dinner og velgørhedskonceptet Überbanko.
- Tidligere medlem af Røde Kors Klub 10 og Kvinder for indflydelse.
- Ambassadør for Dansk Røde Kors, Klub 100 og Julegaveregnet.
- Bestyrelsesmedlem hos Rice.
- Foredragsholder for virksomheder, foreninger og på konferencer.
- Har lavet både radio og TV, bl.a. Michelles Mission og Læsø Kalder.
- Forfatter til bogen 'Skrø op for livet'.
- Aktuell som klummeskribent i BT og debattør i bl.a. Aftenshowet og aktiv på facebook samt bloggen michellehviid.dk.
- Bor på Frederiksberg med sine to børn på 7 og 16 år.

ste måned, når den der lønseddel kommer, bliver jeg bitter over, at han får mere end mig. Så spørger jeg: Har du sagt det til hende? Det har de aldrig. *Aldrig!* Og så har jeg lidt svært ved at tage problemet alvorligt, for så sidder de jo bare og spiller violin hjemme i baghaven."

Hvis vi har noget, vi vil lave om, må vi tage fat om lorten. For sådan en stinker, indtil du fjerner den. Til gengæld har du allerede halveret dine problemer, når du har fjernet den største. Om det så er snakken med chefen, opkaldet til banken eller en ubehagelig snak med dine børns far. Noget hun selv kender alt til.

"At stå ved dig selv kræver, at du tør udstille din egen sårbarhed. Det er det, der er svært for mange mennesker," siger Michelle.

"De ting, man har sværest ved, det er tit dem, man er mest sårbar omkring. For hvis man kunne finde ud af det, så havde man jo gjort det. Så der, hvor man har brug for hjælp og ikke helt kan finde ud af tingene, der er man bange for at fejle. Og så er vi tilbage ved frygten for, hvad de andre tænker og frygten for at blive til grin."

Den lider Michelle til gengæld ikke det fjerneste af. Faktisk er de bedste dage dem, hvor hun har haft lejlighed til at grine af netop sig selv, hævder hun.

"Jeg hylder selvironi. Vi er alle tåbelige. Er det ikke meget federe at grine af det end at forsøge at skjule det for alle de andre? Der er jo ikke nogen, der forventer, at du ved alt. Hvis man gør sig umage og er normalt begavet, så er der ikke nogen, der forlanger mere. Så må man godt bede om hjælp. Og man må gerne føle sig frem." ■



- Jeg er

■ Gu' skal man græde, men man får det ikke bedre af at græde otte timer om dagen. Nogenlunde sådan lyder rationalet bag den indædte kamp, der det seneste år har ført Michelle Hviid gennem hjernetumor, et brud, et dødsfald og en sønderskudt økonomi



Hjælpen var overvældende, da Michelle Hviid blev syg og i en periode følte hun sig som det mest grebne menneske i verden. Men efterhånden stilnede den massive omsorg og hjælp af, og selvom det var hårdt, var det også godt, mener hun: - Det tvang mig selv i gang, og på den måde sørgede universet så fint for, at jeg begyndte at finde min egen vej.

FOTO: CARSTEN LAURIDSEN

lykkelig for den lortetumor

Tekst:
Bine Madsen

Dagbladenes Bureau



Da hun kommer til sig selv, er vandet iskoldt, og hun regner sig frem til, at hun nok har ligget i badekarret i fire timer. Hun kravler op af vandet, kæmper sig ud i køkkenet, hvor hun tvinger sig selv til at spise lidt, inden hun vælter ind i sengen.

Der er grænser for, hvor meget et menneske kan bære, og i de timer ønsker hun ikke andet end at blive indlagt på ubestemt tid, så alt ansvar kan blive taget fra hende.

- Det var et decideret sammenbrud, og i et døgn var jeg helt væk. Væk fra mig selv og min styrke. Der var godt nok ikke meget råstyrke i det døgn! Ha!

Michelle Hviid griner selvironisk, da hun fortæller om det sammenbrud, der væltede hende omkuld for bare få uger siden. Historien kommer, netop som hun har fortalt om den fest, hun skal holde lige om lidt i forbindelse med udgivelsen af bogen "Råstyrke", der handler om den kolbøtte hendes liv slog, da hun for snart et år siden fik konstateret en tumor i hjernen.

Der er bræk, tårer, svigt og frygt på en stor del af siderne, men også mod og en fanden-i-voldsk kampgejst, hvor Michelle Hviid godt nok er lagt ned, men aldrig brudt sammen. Derfor er det da lidt ironisk, at tilværelsen lige gav hende en uventet lammer, netop som hun havde konkluderet, at

MICHELLE HVIID

■ Michelle Hviid er født den 12. maj 1972 og stiftede i 2002 datingportalen Running Dinner. Fire år senere blev hun kåret som et af Danmarks unge iværksætter-talenter af Børsens Nyhedsmagasin, og netværket Morgendagens Heltinder kårede hende som "Årets Heltinde".

■ Hun har gennem en årrække desuden arbejdet som klummeskribent og foredragsholder - blandt andet med udgangspunkt i hendes bog "Skrup for livet". Hver lørdag kan hun desuden høres på radio 24syv, hvor hun bestyrer "Hviids varmestue".

■ Michelle Hviid bor i Københavns nordvestkvarter med sine to børn.

hun var igennem det værste og nu levede nogenlunde lykkeligt med eftervirkningerne fra operationen. Blandt andet et døvt højre øre og et højre øje, der i månedsvis ikke havde produceret væske. Men mere stabilt var det altså heller ikke. For da et rutinetjek hos øjenlægen viste, at hornhinden muligvis havde taget skade med risiko for kronisk dårligt syn, væltede det hele i en grad, hun ikke tidligere havde oplevet i forløbet.

- Det var en tornado, der ramte mig i brystet. Al rationalitet forsvandt, og jeg kunne ingenting. Jeg kunne ikke engang række ud efter hjælp. Det var som at sidde med tomme hænder og forsøge at bygge Eiffeltårnet. I dag har jeg det sådan "hva' pokker havde du regnet med, Michelle?". Det sammenbrud måtte jo komme. Jeg burde nærmest have skrevet det ind i kalenderen.

Nye nuancer

Der er et før og et efter. Før hjernetumoren blev konstateret og bortopereret var Michelle Hviid foredragsholder, klummeskribent, stifter af datingsportalen Running Dinner og en ualmindelig handlekraftig kvinde, der levede med livet på højeste volume og opfordrede andre til at gøre det samme. Så blev hun syg, blev opereret, blev afhængig af andres hjælp, blev udfordret af et sundhedsvæsen i laveste gear, blev forladt af sin kæreste, mistede en veninde og vidste aldrig helt, om hun nogensinde ville blive helt rask igen.

I dag er hun stadig foredragsholder, klummeskribent, stifter af datingsportalen Running Dinner og tilhænger af at skrue op for livet. Men der er kommet andre nuancer til. Små nye indsigter er dukket op undervejs og har føjet nye lag til det, hun er gjort af.

En overvældende taknemmelighed for eksempel. Over for de mennesker der greb hende, da hun faldt.

- Jeg følte i en lang periode, at jeg var det mest grebne menneske i verden. Der var så meget kærlighed, og så mange mennesker, som gjorde så mange ting - som perler på en snor, hvor man næsten ikke kunne nå at registrere den ene gode gerning, før den næste kom. Jeg var sovset ind i kærlighed! lyder det fra Michelle Hviid, der næsten i samme øjeblik nyheden om hendes sygdom blev offentlig, besluttede sig for at sige ja til den hjælp, hun blev tilbudt. Ikke



For et år siden fik Michelle Hviid at vide, at hun havde en tumor i hjernen, og hun ved godt, at der stadigvæk kan komme efterdønninger fra forløbet: - Jeg har et billede af, at der er blevet kastet en napalmbombe i hovedkvarteret, og man ved ikke, hvor den næste eksplosion kommer. Jeg er slet ikke færdig med det, og der er ting, der er svære, men følelsen af at være syg har jeg ikke længere.

FOTO: CARSTEN LAURIDSEN

"Der har været dage, hvor jeg har grædt i flere timer, men sidst på dagen har jeg så måttet spørge mig selv, hvad jeg havde fået ud af det. Jeg havde det ikke bedre. Jeg gik ikke bedre. Det gjorde jeg til gengæld de dage, hvor jeg kæmpede i stedet for at græde."

MICHELLE HVIID

noget med at sige "nej, det skal du da ikke" og "kun hvis det ikke er til besvær". "Ja tak. Tusind tak" lød standardsvaret i stedet. Også til den fremmede kvinde, der klædt i gallakjole på vej til middag med statsministeren, rundede hendes lejlighed med en gryde fuld af chili con carne.

- Jeg er blevet meget bedre til at tage imod, men har også fået en vished om, at når vi hjælper hinanden, er det samtidig en gave til os selv. Når du siger ja til min hjælp, siger du også ja til mig.

Ud med taberkortet

Det ligger Michelle Hviid meget fjernt at slå opgiveness ud med armene, så snart der opstår et lille bump på vejen. Hun er tværtimod typen, der finder løsninger, smutveje, muligheder i alle udfordringer. "Jeg har simpelthen et gear mere end de fleste", som hun selv siger. Ikke storskrudende. Bare nøjternt konstaterende.

Derfor blev hun måske nok bange, men ikke væltet omkuld, da det, hun i første

omgang fik at vide var en fedtskede, viste sig at være en hjernetumor af den slags, der skal opereres væk hurtigst muligt velvidende, at det kan lamme store dele af kroppen.

Som Pippi Langstrømpe, der mener, at hun sagtens kan klare alt det, hun ikke har prøvet før, var Michelle Hviid overbevist om, at hun sagtens kunne overkomme sin operation, hvis bare hun kæmpede nok. Og kæmpet har hun. Allieret sig med alverdens former for hjælp til genoptræning, da det viste sig, at det offentlige først havde tid om en evighed. Krabbet rundt på gulvet for at genvinde balancen, spist kilovis af isterninger for at få liv i den følelsesløse kind og insisteret på at leve sit liv så normalt som muligt. For som hun skriver i bogen: "Jeg kan sagtens trække det kort, der hedder: "Jeg havde en tumor i hovedet." Jeg kan rydde ethvert bord og vinde med det kort. Men hvorfor? Det er et taberkort, det kan godt være, at de fleste reagerer med store øjne, men jeg

vil ikke. Jeg har ikke bedt om det kort, jeg vil af med det"

I dag fastholder hun, at taberkortet ikke gør noget godt for nogen. I hvert fald ikke for hende.

- Misforstå mig ikke. Jeg synes, det er vigtigt at græde. Jeg græder flere gange om ugen, for der er ikke noget mere forløsende. Og jeg har grædt mange gange det seneste år. Der har været dage, hvor jeg har grædt i flere timer, men sidst på dagen har jeg så måttet spørge mig selv, hvad jeg havde fået ud af det. Jeg havde det ikke bedre. Jeg gik ikke bedre. Det gjorde jeg til gengæld de dage, hvor jeg kæmpede i stedet for at græde, siger hun og understreger, at hun har fået indsigt i de enorme ressourcer, vi besidder og knap nok fatter, men samtidig for alvor har forstået, at det ikke kun handler om at kæmpe og så ender alting lykkeligt.

- Jeg har tidligere tænkt, at det bare var et spørgsmål om at tage sig sammen. Men det forstår jeg nu, at det ikke altid er. Jeg har jo oplevet, hvor vanvittigt svært det er, og jeg kan godt forstå, hvis vejen ender blindt for nogen.

En lykkelig slutning

I dag få uger efter sammenbruddet er der styr på øjet igen. Hun skal stadig dryppe det, men hun bliver ikke blind, sådan som hun et øjeblik frygtede. For flere måneder siden, da alt var mest kaotisk, vadede Niels ind i hendes liv, sagde ja til hele pakken og viste hende, at kærlighed kan vokse stærkt, når man mindst venter det.

Hendes foredrag er efter-

spurgte, hun har kontrakt på endnu en bog og den lille familie på mor og to børn skal ikke længere klare sig for 4000 kroner om måneden. På livets vigtigste områder går det så meget bedre, end hun nogensinde havde håbet, og hvis den gode fe kom forbi med ét ønske, ville Michelle Hviid ikke bede om at få skrevet det seneste år ud af sin historie.

- Jeg er lykkelig for den lortetumor, siger hun med så tilpas meget tyngde, at man forstår, at hun ikke bare siger det, fordi det lyder godt. For sandheden er, at den nok har bragt en bunke uoverstigelige udfordringer med sig, men den har også bragt så meget godt med sig. Vished, forståelse, kærlighed, indsigt og mod.

- Først og fremmest føler jeg mig dybt taknemmelig. Det er da lige meget, om det regner eller om jeg vejer 10 kilo for meget. Jeg kan kysse mine unger. Det er ikke en selvfølge for mig længere, og samtidig er det enorm tilfredsstillelse at vide, det er noget, jeg i høj grad selv har skabt. Fordi jeg har kæmpet mere, end jeg har grædt. Den tumor var en stor, fed lort og jeg kunne slet ikke overskue, hvor klam den var, men jeg tog en bid af den, og nu sidder jeg her. Det er ikke nogen lykkelig historie, men jeg synes, det er en lykkelig slutning.

Michelle Hviid:
"Råstyrke"
udkommer 2. oktober
på forlaget People'sPress.
256 sider. 250 kr.

HYG DIG MED

AF MAJ BJERRING SØRENSEN FOTO: PR

I denne uge ...

... vil jeg læse om Michelle Hviid. Kender du hende? Hvis ikke, kommer du helt sikkert til det, for lige pludselig er det, som om hun er over det hele. Som radiovært, som klummeskribent – og nu som forfatter med den personlige historie, som begynder i 2014, hvor hun får konstateret en godartet tumor i hovedet. Hun bliver opereret, og derefter går det meste galt. Fra at være en eftertragtet foredragsholder bliver hun delvist lam og kan ikke kende sine børn. Jeg er ven med hende på Facebook – sammen med mange tusinde andre – og derfor har jeg på afstand kunnet følge hendes kamp for at vende tilbage til livet. Og selvom jeg sagtens kan forstå, at hun deler vandene – nogle mener, hun er en højtråbende narcissist – må jeg indrømme, at jeg kun kan være imponeret over en kvinde, der rejser sig igen og igen, får sparket ting i gang ... og deler ud af sig selv på så hudløst ærlig en måde. Derfor glæder jeg mig også til at læse hele historien – og ikke kun brudstykker af den på Facebook.

Michelle Hviid: Råstyrke, People'sPress, 249,95 kr.



MICHELLE HVIID BLEV I FØRSTE
OMGANG KENDT SOM KVINDEN BAG
EVENTBUREAUET RUNNING DINNER,
DER BLEV STIFTET I 2002.

Maj Bjerring Sørensen



Intet at miste

Rundt omkring i Paris er der placeret adskillige bomber. Det hævder Jean Garnier i hvert fald, da han overfor politiet opstiller sine krav for at undlade at detonere dem. Hele politistyrken med Camille Verhoeven i spidsen er sat på en vanskelig opgave, for er Jean en trussel eller bare en stakkels taber? Bogen blev oprindeligt udgivet som føljeton og senere samlet i pocketformat og er ikke en del af – men et tillæg til – den populære krimitrilogi ALEX, IRÈNE og CAMILLE. *Pierre Lemaître: Rosy & John; Lindhardt og Ringhof, 49,95 kr.*

Et levat liv

Hendes første erindringsbog blev en bestseller i 2013, og nu er Karen Thisted tilbage med en bog, hvis titel er inspireret af en drøm, hvori hun døde. Drømmen fik hende til at tænke på en strofe i et digt af vennen Benny Andersen: *Hvis jeg døde nu, ville jeg dø lykkelig.* For som den folkekære journalist siger: *"Jeg var ikke spor ked af at dø, og jeg ved hvorfor. Det skyldes, at jeg har levet livet så fuldt og helt og med megen kærlighed."* *Karen Thisted: Hvis jeg døde nu, ville jeg dø lykkelig, Politikens Forlag, 300 kr.*

Om krig og kærlighed

Anne driver sammen med sin mor et lille pensionat i Narvik, da krigen bryder ud. Hun forelsker sig i den dansk-tyske soldat Christian og bliver gravid, men de skilles ad, da Christian havner i russisk fangenskab. Fortvivlet drager Anne med sin søn til Danmark i håb om at begynde på en frisk. Og da den jævnaldrende Holger frier, takker hun ja. Skæbnen vil dog, at Christian alligevel vender hjem ... *Thorstein Thomsen: Frøken Narvik, Rosinante, 299,95 kr.*



- Jeg er lykkelig for den lortetumor

Gu' skal man græde, men man får det ikke bedre af at græde otte timer om dagen. Nogenlunde sådan lyder rationalet bag den indædte kamp, der det seneste år har ført Michelle Hviid gennem hjernetumor, et brud, et dødsfald og en sønderskudt økonomi.

Tekst: Bine Madsen
Foto: Carsten Lauridsen

Da hun kommer til sig selv, er vandet iskoldt, og hun regner sig frem til, at hun nok har ligget i badekarret i fire timer. Hun kravler op af vandet, kæmper sig ud i køkkenet, hvor hun tvinger sig selv til at spise lidt, inden hun vælter ind i sengen.

Der er grænser for, hvor meget et menneske kan bære, og i de timer ønsker hun ikke andet end at blive indlagt på ubestemt tid, så alt ansvar kan blive taget fra hende.

- Det var et decideret sammenbrud, og i et døgn var jeg helt væk. Væk fra mig selv og min styrke. Der var godt nok ikke meget råstyrke i det døgn! Ha!

Michelle Hviid griner selvironisk, da hun fortæller om det sammenbrud, der væltede hende omkuld for bare få uger siden. Historien kommer, netop som hun har fortalt om den fest, hun skal holde lige om lidt i forbindelse med udgivelsen af bogen »Råstyrke«, der handler om den kolbøtte hendes liv tog, da hun for snart et år siden fik konstateret en tumor i hjernen.

Der er bræk, tårer, svigt og frygt på en stor del af siderne, men også mod og en fanden-i-voldsk kampgejst, hvor Michelle Hviid godt nok er lagt ned, men aldrig brudt sammen. Derfor er det da lidt ironisk, at tilværelsen lige gav hende en uventet lammer, netop som hun havde konkluderet, at hun var igennem det værste og nu levede nogenlunde lykkeligt med eftervirkningerne fra operationen. Blandt andet et døvt højre øre og et højre øje, der i månedsvis ikke havde produceret væske.



For et år siden fik Michelle Hviid at vide, at hun havde en tumor i hjernen, og hun ved godt, at der stadigvæk kan komme efterdønninger fra forløbet: - Jeg har et billede af, at der er blevet kastet en napalmbombe i hovedkvarteret, og man ved ikke, hvor den næste eksplosion kommer. Jeg er slet ikke færdig med det, og der er ting, der er svære, men følelsen af at være syg har jeg ikke længere.

ning Dinner og tilhænger af at skrue op for livet. Men der er kommet andre nuancer til. Små nye indsigter er dukket op undervejs og har føjet nye lag til det, hun er gjort af.

En overvældende taknemmelighed for eksempel. Over for de mennesker der greb hende, da hun faldt.

- Jeg følte i en lang periode, at jeg var det mest grebne menneske i verden. Der var så meget kærlighed, og så mange mennesker, som gjorde så mange ting - som perler på en snor, hvor man næsten ikke kunne nå at registrere den ene gode gerning, før den næste kom. Jeg var sovset ind i kærlighed! lyder det fra Michelle Hviid, der næsten i samme øjeblik nyheden om hendes sygdom blev offentlig, besluttede sig for at sige ja til den hjælp, hun blev tilbudt. Ikke noget med at sige »nej, det skal du da ikke«, og »kun hvis det ikke er til besvær«. »Ja tak. Tusind tak« lød standardsvaret i stedet. Også til den fremmede kvinde, der klædt i galakjole på vej til middag med statsministeren, rundede hendes lejlighed med en gryde fuld af chili con carne.

- Jeg er blevet meget bedre til at tage imod, men har også fået en vished om, at når vi hjælper hinanden, er det samtidig en gave til os selv. Når du siger ja til min hjælp, siger du også ja til mig.

Ud med taberkortet

Det ligger Michelle Hviid meget fjernt at slå opgivende ud med armene, så snart der opstår et lille bump på vejen. Hun er tværtimod typen, der

Men mere stabilt var det altså heller ikke. For da et rutinetjek hos øjenlægen viste, at hornhinden muligvis havde taget skade med risiko for kronisk dårligt syn, væltede det hele i en grad, hun ikke tidligere havde oplevet i forløbet.

- Det var en tornado, der ramte mig i brystet. Al rationalitet forsvandt, og jeg kunne ingenting. Jeg kunne ikke engang række ud efter hjælp. Det var som at sidde med tomme hænder og forsøge at bygge

Eiffeltårnet. I dag har jeg det sådan »hva' pokker havde du regnet med, Michelle?«. Det sammenbrud måtte jo komme. Jeg burde nærmest have skrevet det ind i kalenderen.

Nye nuancer

Der er et før og et efter. Før hjernetumoren blev konstateret og bortopereret var Michelle Hviid foredragsholder, klummeskribent, stifter af datingsportalen Running Din-

ner og en ualmindelig handlekraftig kvinde, der levede med livet på højeste volume og opfordrede andre til at gøre det samme. Så blev hun syg, blev opereret, blev afhængig af andres hjælp, blev udfordret af et sundhedsvæsen i laveste gear, blev forladt af sin kæreste, mistede en veninde og vidste aldrig helt, om hun nogensinde ville blive helt rask igen.

I dager hun stadig foredragsholder, klummeskribent, stifter af datingsportalen Run-



Hjælpen var overvældende, da Michelle Hviid blev syg og i en periode følte hun sig som det mest grebne menneske i verden. Men efterhånden stilnede den massive omsorg og hjælp af, og selvom det var hårdt, var det også godt, mener hun: - Det tvang mig selv i gang, og på den måde sørgede universet så fint for, at jeg begyndte at finde min egen vej.

finder løsninger, smutveje, muligheder i alle udfordringer. »Jeg har simpelthen et gear mere end de fleste«, som hun selv siger. Ikke storskrændende. Bare nøgternt konstaterende.

Derfor blev hun måske nok bange, men ikke væltet omkuld, da det, hun i første omgang fik at vide var en fedtskede, viste sig at være en hjerne-tumor af den slags, der skal opereres væk hurtigst muligt velvidende, at det kan lamme store dele af kroppen.

Som Pippi Langstrømpe, der mener, at hun sagtens kan klare alt det, hun ikke har prøvet før, var Michelle Hviid overbevist om, at hun sagtens kunne overkomme sin operation, hvis bare hun kæmpede nok.

Og kæmpet har hun. Allieret sig med alverdens former for hjælp til genoptræning, da det viste sig, at det offentlige først havde tid om en evighed. Krabbet rundt på gulvet for at genvinde balancen, spist kilovis af isterninger for at få liv i den følelsesløse kind og insisteret på at leve sit liv så normalt som muligt. For som hun skriver i bogen: »Jeg kan sagtens trække det kort, der hedder: »Jeg havde en tumor i hovedet.« Jeg kan rydde ethvert bord og vinde med det kort. Men hvorfor? Det er et taberkort, det kan godt være, at de fleste reagerer med store øjne, men jeg vil ikke. Jeg har ikke bedt om det kort, jeg vil af med det«

I dag fastholder hun, at taberkortet ikke gør noget godt for nogen. I hvert fald ikke for hende.

- Misforstå mig ikke. Jeg

synes, det er vigtigt at græde. Jeg græder flere gange om ugen, for der er ikke noget mere forløsende. Og jeg har grædt mange gange det seneste år. Der har været dage, hvor jeg har grædt i flere timer, men sidst på dagen har jeg så måttet spørge mig selv, hvad jeg havde fået ud af det. Jeg havde det ikke bedre. Jeg gik ikke bedre. Det gjorde jeg til gengæld de dage, hvor jeg kæmpede i stedet for at græde, siger hun og understreger, at hun har fået indsigt i de enorme ressourcer, vi besidder og

knap nok fatter, men samtidig for alvor har forstået, at det ikke kun handler om at kæmpe og så ender alting lykkeligt.

- Jeg har tidligere tænkt, at det bare var et spørgsmål om at tage sig sammen. Men det forstår jeg nu, at det ikke altid er. Jeg har jo oplevet, hvor vanvittigt svært det er, og jeg kan godt forstå, hvis vejen ender blindt for nogen.

En lykkelig slutning

I dag få uger efter sammenbruddet er der styr på øjet

igen. Hun skal stadig dryppe det, men hun bliver ikke blind, sådan som hun et øjeblik frygtede. For flere måneder siden, da alt var mest kaotisk, vadede Niels ind i hendes liv, sagde ja til hele pakken og viste hende, at kærlighed kan vokse stærkt, når man mindst venter det. Hendes foredrag er efterspurgt, hun har kontrakt på endnu en bog, og den lille familie på mor og to børn skal ikke længere klare sig for 4000 kroner om måneden. På livets vigtigste områder går det så meget bedre, end hun nogensinde havde håbet, og hvis den gode fe kom forbi med ét ønske, ville Michelle Hviid ikke bede om at få skrevet det seneste år ud af sin historie.

- Jeg er lykkelig for den lortetumor, siger hun med så tilpas meget tyngde, at man forstår, at hun ikke bare siger det, fordi det lyder godt. For sandheden er, at den nok har bragt en bunke uoverstigelige udfordringer med sig, men den har også bragt så meget godt med sig. Vished, forståelse, kærlighed, indsigt og mod.

- Først og fremmest føler jeg mig dybt taknemmelig. Det er da lige meget, om det regner, eller om jeg vejer 10 kilo for meget. Jeg kan kysse mine unger. Det er ikke en selvfølge

Michelle Hviid er ikke typen, der pakker sandheden ind. Tværtimod insisterer hun på, at vi først for alvor kan handle, når vi forholder os til virkeligheden, som den virkelig ser ud. Hvis man trækker maven ind, hver gang man går forbi et spejl, behøver man ikke gå på kur. Men der er mere handlekraft i at studere det, vi ser i spejler, mener hun.

for mig længere, og samtidig er det enorm tilfredsstillelse at vide, det er noget, jeg i høj grad selv har skabt. Fordi jeg har kæmpet mere, end jeg har grædt. Den tumor var en stor, fed lort, og jeg kunne slet ikke overskue, hvor klam den var, men jeg tog en bid af den, og nu sidder jeg her. Det er ikke nogen lykkelig historie, men jeg synes, det er en lykkelig slutning.

Michelle Hviid: »Råstyrke« udkom i går på forlaget People's Press. 256 sider. 250 kr.

BLÅ BOG

■ Michelle Hviid er født den 12. maj 1972 og stiftede i 2002 datingportalen Running Dinner.

■ Fire år senere blev hun kåret som et af Danmarks unge iværksætter-talenter af Børsens Nyhedsmagasin, og netværket Morgendagens Heltinder kårede hende som »Årets Heltinde«.

■ Hun har gennem en år-række desuden arbejdet som klummeskribent og foredragsholder - blandt andet med udgangspunkt i sin bog »Skrup for livet«.

■ Hver lørdag kan hun desuden høres på radio 24syv, hvor hun bestyrer »Hviids varmestue«.

■ Michelle Hviid bor i Københavns nordvestkvarter med sine to børn.



Økopose til brød, ost og pølse

Sig farvel til plasticposer og opbevar i stedet din mad i stofposer af 100 procent økologisk bomuld.

Den nye Foodbag fra Vivatex kan bruges til både brød, ost og pølse, og madvarerne holder sig friske længe i posen.

Selve yderposen er i to lag stof med en lang strop til at lukke med. Der medfølger to inderposer af naturhvid let lærred.

Det anbefales at vaske inderposerne ofte, mens yderposen kan vaskes efter behov.

Læg madvarerne i inderposen og derefter i yderposen.

Brød holder sig frisk længe og mugner ikke, som det let gør i plasticposer. Pølse og ost "sveder" ofte, når det opbevares i plasticposer, men det undgår man i stofposen, hvor madvarerne kan "ånde". (lait)

Set på www.vivatex.dk til 199 kroner.



”Alder er som at bestige et bjerg. Man bliver nok lidt forpustet, men får en langt bedre udsigt.

Ingrid Bergman, svensk skuespiller

Sundhedsbibel til kvinder

Ernæringsseksperten og forfatteren Umahro Cadogan, som er kendt for de populære kogebøger om køkkenrevolution, har nu begået den ultimative sundhedsbog til kvinder, ”Alle kvinders sundhedsbibel”.

Bogen retter sig til kvinder, der vil træne mere effektivt, spise sundere, lave mere lækker mad og passe bedre på sig selv.

Umahro Cadogan præsenterer i bogen den nyeste viden om krop, sundhed, kost, træning og velvære. Han har desuden taget en lang række eksperter med til at give gode råd fra hver deres område.

Sundhedsbiblen byder desuden

på en række lækre, sunde opskrifter på morgenmad, frokost, aftensmad, drikkevarer og lidt til den søde tand.

Den kan både læses i sin helhed eller fungere som opslagsværk. (lait)



Bogen udkommer 27. oktober 2015 på forlaget Rosinante & Co. Den vejledende udsalgspris er 299,95 kroner.

Vi sover for lidt

4 ud af 10 danskere får ikke nok søvn til at føle sig udhvilet. Det fremgår af en undersøgelse fra Statens Institut for Folkesundhed, SDU.

Undersøgelsen omfatter 14.000 voksne, som har svaret på, om de får søvn nok til at føle sig udhvilet. De, der har angivet, at de ikke får nok søvn, har desuden svaret på, hvad årsagerne er.

- Undersøgelsen viser, at det især er udfordringer på arbejde eller i privatlivet, der holder folk vågne om natten. Eksempelvis oplever omkring hver tredje med søvnforstyrrelse i aldersgruppen 16-44 år, at deres søvn forstyrres af enten personlige, familiemæssige eller arbejdsrelaterede problemer, siger Heidi Amalie Rosendahl Jensen, en af forskerne bag undersøgelsen.

Er man derimod 45 år eller derover og lider af søvnforstyrrelser, er det oftere sygdom, der forstyrrer søvnen.

Omkring hver tredje i aldersgruppen over 45 år med søvnforstyrrelser angiver sygdom som årsag til, at de sover dårligt.

Andelen, der får ødelagt søvnen som følge af sygdom, stiger med alderen.

Undersøgelsen viser også, at der er forskel på mænd og kvinder, hvad angår årsager til søvnløshed.

For kvinder handler søvnforstyrrelser i højere grad end for mænd om familiemæssige eller personlige problemer.

For mænd er det især arbejdsrelaterede opgaver, der forstyrrer nattesøvnen.

Der er dog også kvinder - især de unge kvinder i alderen 16-24 år - der sover dårligt på grund af udfordringer eller problemer på arbejde. Næsten hver anden ung kvinde med søvnproblemer angiver arbejde som årsag til søvnforstyrrelse.

- Da en stor andel af denne gruppe er under uddannelse, må man formode, at deres søvnforstyrrelser også kan tilskrives opgaver eller problemer relateret til deres studieliv, siger Heidi Amalie Rosendahl Jensen.

Undersøgelsen baserer sig på data fra Sundheds- og sygelighedsundersøgelsen 2013. (lait)

Iværksætteren, der altid rejser sig

Tumor. Havde det ikke været for hendes to børn, ville forfatter, foredragsholder og radiovært Michelle Hviid have været parat til at dø, da hun for et år siden fik konstateret en tumor i hjernen. I stedet har hun kæmpet sig tilbage til en hverdag med en fyldt foredragskalender, en ny kæreste og en bog om forløbet. Bogen udkommer i disse dage, mindre end et år efter operationen. Men sygdommen fylder stadig meget for Michelle Hviid, der har enorm skyldfølelse over at have gjort andre bekymrede og kede af det

Det seneste kapitel i historien om Michelle Hviid begynder med forførelsen af en høj, smuk, sjov, sød og guitarspillende læge. Som en slags forsyn, der til at begynde med er uforpligtende og fortryllende.

Michelle Hviid havde netop meldt sig til Copenhagen Marathon for at komme under de forpulede fire timer, hun missede i Berlin. Hun levede af friskpresset juice og økologiske grøntsager og følte sig privilegeret og lykkelig, da hendes nye flirt ville vide, hvad der var galt med hendes øje.

Michelle Hviid var lige midt i noget andet - livet selv - og ville hellere kysse og elske.

Det er ét år siden.

I det år er hun blevet opereret i hjernen, døv på det ene øre, delvist lam, nærmest ruineret, forladt og forelsket igen. Og så har hun skrevet en bog, ”Råstyrke”, om forløbet. En nærmest umulig bedrift, der kun har kunnet ladet sig gøre, fordi hendes største svaghed - utålmodigheden og den nærmest ikke-eksisterende afstand fra idé til handling - også er en stor styrke.

Følte sig nøgen i forløbet

Uanset, hvor håbløs situationen så ud, insisterede hun på at meddele sig til omverden.

Først fra sygesengen på Vejleford Rehabilitering, hvor hun med venstre hånd tastede en klumme ind på telefonen. Det tog tre dage mod normalt en time.

Senere måtte hun slette mere, end hun lod stå, af bogens første linjer, fordi hun endnu ikke kunne bruge højre hånd, og ordene derfor endte halve og volapyk-agtige.

- Jeg har følt mig enormt nøgen på den ufede måde i det her forløb. Jeg har søgt og søgt og søgt efter information, men jeg har ikke fundet nogen. Jeg ville så gerne kunne have lænet mig op ad nogen, der havde vær-

ret gennem det samme og havde det fint. Men der var ikke nogen, så det blev mit kald at være hende.

Det er ikke til at se på foredragsholderen, bloggeren og radioværten, at hun har været gennem en omfattende operation og et opslidende genoptræningsforløb.

Godt nok søger hendes pegefinger ofte op til det højre øje, der i en lang periode slet ikke kunne lukkes. Flere gange om ugen får hun også behandlinger for at vække nerverne i sin føleforstyrrede kind tilbage. Og hun er mere træt end førhen.

Alligevel kaster hun kækt det lange, lyse hår bagover og griner i versaler, *HARH, HARH, HARH*, da hun citerer en ekskæreste for, at det er nok, hvis hun bliver 90 procent af sit gamle jeg igen.

Går sin egen vej

Går man tilbage til indledningen i historien om Michelle Hviid, møder man en kvinde, der altid har insisteret på at være original. Eller *en* original, som hun selv siger det. Det korte kendeord gør en forskel. En original er ikke et ubetinget positivt prædikat.

- Meget af det, jeg gør, ser jeg nu i et andet lys end for et år siden. Selvbevidsthedsmæssigt kan jeg se, at jeg altid har insisteret på at få lov til at være originalen. Jeg har insisteret på, at jeg vil gøre tingene, som de giver mening for mig, uanset om jeg er den eneste i verden, det giver mening for. Uanset hvor sort den så ud for alle andre, har jeg insisteret på at gå min egen vej, siger hun.

Det gælder for eksempel gymnasietiden, hvor hun blev smidt ud af 3. g i maj kort før studentereksamen. Hun var simpelthen ikke glad for at være der og gik i stedet op i fuldt pensum og fik sin hue på trods. Eller da hun som 22-årig lukkede sit ellers succesrige interiørfirma ned, fordi hun følte sig fanget og ikke nød det.

Fantasten er udfaset

På hendes første visitkort stod der idémager, drømmer og fantast. Det sidste er der ikke meget sandhed i mere, for Michelle Hviid er blevet en af landets mest populære foredragsholdere og har blandt andet haft stor succes som stifter af datingkonceptet Runningdinner.dk og med sin første bog, ”Skrup for livet”.

Hun har levet efter sine egne råd, og hvis tumoren på højre hørenerve var ment som et stopskilt, var det malplaceret.

Michelle Hviid

43 år og født i Australien, opvokset i Nordsjælland og bor i dag i København med sine to børn, Benjamin, 17, og Kamilie, 8.

Hun er autodidakt iværksætter og har blandt andet gjort sig bemærket som foredragsholder, tv- og radiovært. Hun har været selvstændig, siden hun var 24 år, og holder op mod 150 foredrag årligt om autenticitet, mod og handlekraft.

Hver lørdag kan du høre hende i radioprogrammet ”Hviids varmestue” på Radio24syv.

Hun er meget aktiv på de sociale medier og har tidligere udgivet bogen ”Skrup for livet”.



I løbet af det seneste år er Michelle Hviid blevet opereret i hjernen, døv på det ene øre, delvist lam, nærmest ruineret, forladt og forelsket igen. Og så har hun skrevet en bog om forløbet.

”Jeg har frygteligt svært ved at tilgive mig selv, at jeg ikke kan alle de ting, jeg tog for givet før. Jeg blev spurgt, om jeg ville lave en sær-event for DR i forbindelse med flygtningeindsamlingen. Det kunne jeg ikke overskue. Normalt ville jeg have gjort det med venstre hånd, mens jeg bagte med højre.

Michelle Hviid

Fortsat fra side 12 »

- Var det et wakeup-call, der skulle få mig til at leve mit liv på en anden måde, så synes jeg, at Gud - som jeg ikke tror på - valgte forkert. Jeg har været meget konsekvent og bevidst om, at jeg har ét liv, og at det er dyrebart. Hvis jeg mistede livet udelukkende på bekostning af mig selv, så var jeg klar. Jeg har levet et vildt liv, turdet meget, skabt noget, grinet meget og grædt meget. Men jeg er ikke klar til at dø fra mine børn. Benjamin er 17 og ville kunne klare sig, men Kamille på otte er slet ikke klar. Jeg ved ikke, hvad der skulle blive af hende.

Michelle Hviid har stadig problemer med manglende væske i det ene øje, men når talen falder på datteren, bliver hun rørt og får svært ved at holde tårerne tilbage.

Først nedtonede hun alvoren af operationen, så børnene ikke skulle bekymre sig unødigt. Men i december sidste år, da hun var allermest syg, så hun dem stort set ikke i en måned.

For første gang i børnenes liv kom Happy Birthday-guirlanden ikke op til Kamilles otteårs fødselsdag, og sygdomsforløbet tog så hårdt på datteren, at hun ikke straks ville hjem, da Michelle Hviid kom det.

- Det er hårdt for mig at tænke på nu, siger Michelle Hviid.

Storfamilien fungerer ikke

Som barn tegnede hun huse med potteplanter i vinduerne og en far, en mor og nogle børn omkring.

- Der stod ikke en mor med ét barn, hvis far var væk, og et andet barn med en anden far, der også var væk, og en ny kæreste med nogle andre børn og et helt andet værdisæt. I den situation er det ikke nødvendigvis kommet mig til gavn, at jeg er en original. Jeg kan simpelthen ikke finde ud af det. Det må jeg bare sande.

Drømmen om den klassiske kernefamilie brast tidligt for Michelle Hviid, der har børn med to forskellige mænd, har boet med et par stykker mere og undervejs i sit sygdomsforløb blev forladt af den læge, der til hendes held satte gang i lavinen.

Mandekrop som legoklods

Til gengæld oplevede Michelle Hviid fysisk fremgang, ikke mindst takket være den genoptræning, hun selv betalte for. Hun fik en flig af friheden tilbage, da hun kunne køre bil igen, og langsomt begyndte hun at finde ud af, hvem hun nu er.

Blandt de spørgsmål, hun tumlede med, var, om hun overhovedet kunne kysse, når hendes tunge var halvvejs følelsesløs, og hun intet kunne mærke i højre side af hovedet.

Kan man forføre eller blive forført, når man har så dårlig balance, at man ikke engang ved, om man kan ramme en døråbning?

Michelle Hviid satte sig for at finde ud af det. Først måtte hun igennem en helt igennem kikset date, men derefter begyndte hun

at skrive sammen med Niels, som hun har fælles venner med.

- Jeg havde faktisk ikke overskud til at date på det tidspunkt, men for mig var han bare en brik. En legoklods, jeg skulle bruge for at bygge. Jeg havde simpelthen brug for en mandekrop for at finde ud af, hvad min krop kunne sammen med den. Jeg kunne ikke gå ordentligt, knap kysse og var meget føleforstyrret. Niels var et stykke mand, jeg skulle bruge for at måle mig selv. Det var det, jeg gik ind til. Men det var ikke sådan, det endte. Mere om det senere.

Accepterer situationen

Michelle Hviid har accepteret sin situation. Hun sætter ikke spørgsmålstegn ved, hvorfor netop hun blev ramt. I bogen skriver hun, at tumoren også har givet hende noget, og at hun slet ikke ville være den foruden.

Passer det nu også?

Hvis hun kunne vælge, ville hun så ikke vælge et råt år fra og fortsætte det måske til tider uperfekte, men ikke mindre skønne liv, hun havde før?

Michelle Hviid kører ikke præmissen.

- Jeg havde ikke noget valg. Tumoren ramte mig. Og det, jeg ikke kan ændre på, accepterer jeg meget hurtigt.

Derfor har hun også kun i korte glimt tilladt sig selv at indtage offerrollen og have ondt af sig selv. Der var kun én vej: fremad.

”Jeg tror på, at der er handlekraft i at turde sandheden. Man finder styrken og troen til at gøre noget i sandheden. Jo ærligere, vi tør være, jo mere handlekraft har vi. Hvis vi tør. Alle, der siger til mig, at jeg er modig, de får et tak, men sandheden er, at jeg ikke havde andet valg end at vælge modig. Situationen var opstået, jeg kunne ikke vælge den fra. Den tumor var min virkelighed. Det måtte jeg (over)leve med,” som hun skriver i bogen.

Kæmper med identitet

Det betyder ikke, at tumoren er et overstået kapitel i Michelle Hviids liv. Den vil ligge som et vandmærke i papiret i resten af historien om hende.

Den seneste måned har været hård. Især psykisk. Den massive hjælp er væk, foredragsbestillingerne tikker ind, og bogen udkommer.

- Jeg kæmper enormt meget med, hvem jeg er nu. I min krop og i mit hoved er det slet ikke færdigt, og jeg tror, jeg har svært ved at signalere til mine omgivelser, hvor voldsomt det stadig er, siger hun.

Et eksempel er flygtningeforløbet, hvor Michelle Hviid som flere andre har været i Rødby for at hjælpe. Normalt ville hun have gjort ”100 gange mere”, som hun siger. For første gang i sit liv er hun i stedet nødt til at koncentrere sig om at få sin egen lille kreds til at fungere.

- Jeg har tit været ude i 10. kreds at hjælpe, men jeg har ikke samme overskud som tidligere. Jeg har frygteligt svært ved at tilgive mig selv, at jeg ikke kan alle de ting, jeg tog



for givet før. Jeg blev spurgt, om jeg ville lave en sær-event for DR i forbindelse med flygtningeindsamlingen. Det kunne jeg ikke overskue. Normalt ville jeg have gjort det med venstre hånd, mens jeg bagte med højre.

Indvender man, at de fleste har forståelse for hendes situation, lyder svaret:

- Ja, men det har jeg ikke altid selv. Niels er stadig i hendes liv. De taler om at flytte sammen. Måske et sted med fælles soveværelse og i øvrigt separate boliger, så børnene er velkomne begge steder, men ikke tvunget ind i nye relationer.

- Når jeg nogle dage har ligget og hulket og slet ikke kunnet komme ud af sengen, er Niels kommet og har sagt, at han elsker mig. At vi skal videre. Jeg har virkelig ikke følt mig værd at elske. Jeg har følt mig som en kæmpe klods om benet. Men han er blevet ved, som det mest insisterende menneske i hele verden.

Undervejs i forløbet besluttede Michelle Hviid tidligt, at hun ikke var for fin til at tage

imod al den hjælp, hun fik. Men nu har hun svært ved at bede om den. Tumoren er væk, hun er halvdøv og bliver ved med at være det, men ellers går det godt.

- Jeg har en frygtelig skyldfølelse. Jeg ville så gerne have skrevet noget på den tråd, der hed ”tumornyt”, som alle mine venner og familie kunne glæde sig over, men det var bare nedtur på nedtur. Jeg kunne ikke, og sådan har jeg det stadigvæk.

- Men det er jo ikke dit ansvar at gøre alle andre glade?

- Nej. - Det slås jeg lidt med. Det kunne være rart.

- Er det, fordi du er vant til at tage et stort ansvar?

- Det tror jeg. Det har redefineret min rolle, for hvem er jeg, når jeg ikke er det, jeg altid har været?

Har ingen facade

Michelle Hviids eget svarer lader vente på sig. Til gengæld har andre gennem årene



43-årige Michelle Hviid har været selvstændig, siden hun var 24 år, og holder op mod 150 foredrag årligt om mod, autenticitet og handlekraft.

Sygdomsforløbet

Michelle Hviid fik konstateret en tumor på hørenerven 28. oktober 2014. Et såkaldt acustica neurinom. **1. december 2014** blev hun opereret. Umiddelbart gik operationen godt, men bagefter stødte en masse komplikationer til. Michelle Hviid blev lam i det meste af ansigtet, i højre hånd og højre ben, og i uger lå hun stærkt medicineret og kunne stort set ingenting. **På et tidspunkt** valgte hun at blive kørt til Vejle-fjord Rehabilitering, hvor hun fik den omsorg og genoptræning, hun havde brug for. Kort før jul kom hun hjem, selv om hun stadig havde brug for meget hjælp. **Status er nu**, at hun som ventet er blevet døv på højre øre. Hun har stadig føleforstyrrelser i højre kind, og hendes balance er dårligere end normalt. Hun er også mere træt end tidligere, og psykisk har hun haft det svært både i forhold til at redefinere sin identitet og i forhold til, at hun i en lang periode gav en masse ting - for eksempel adgang til bankkonto og regninger - fra sig. Det har hendes forældre taget sig af. Nu er hun midt i den proces, hvor hun skal have tingene tilbage, og det er hårdt, fordi de ikke nødvendigvis er enige.

Desuden har det været hårdt gennem lang tid at leve for meget få penge. Med en booket foredragskalender og en ny bog i handlen kan Michelle Hviid nu skimte bedring på den situation.

I hendes hoved sidder stadig en rest af tumoren, som lægerne lod sidde for at undgå, at hun blev lam i ansigtet. En skanning tre måneder efter operationen viste, at den ikke vokser.

- Jeg tror ikke, det sker igen. Jeg føler mig rask. Havde du spurgt mig dagen før skanningen, havde jeg sagt, at den ikke voksede. Jeg havde det fint. Men da jeg fik bekræftet, at den ikke voksede, tudede jeg i 48 timer. Det var så stor en lettelse at få at vide, at jeg ikke skulle igennem det her en gang til. Så jeg kan jeg godt regne ud, at det har gået mig på alligevel, men jeg mærkede det ikke. Sådan er det måske også nu. Det ved jeg ikke. Jeg går ikke rundt og tænker "uha, den kan vokse". Jeg føler mig rask og stærk og glad. Det er jo ikke kræft. Så ville jeg være skidebange for pludselige metastaser i skulderen, men det kan ikke sprede sig.

ikke holdt sig tilbage for at sætte prædikater på hende, fordi hun rager op i mediebilledet med sine meget personlige beretninger.

Facade ejer hun ikke, og på de sociale medier skriver hun ærligt om både op- og nedture. Nogle synes, hun er for meget. Andre elsker hende for at trampe forestillingen om perfektion i stykker med de støvler, hun også beholder på i sofaen.

Det pudsige er, at hun godt kan lide at være i fred, selv om hun med sin ageren hele tiden bliver en offentlig person.

- Sofia Manning (kendt coach, *red.*) spurgte mig engang, om jeg ville tanke energi på en øde ø eller til Roskilde Festivalen. Jeg er mega introvert og er ikke i tvivl om, at det er på en øde ø, men folk tror altid, det er Roskilde Festivalen. Jeg kan sagtens forstå dem, men jeg er det menneske, jeg kender, der er mest alene. De fleste arbejdsdage er jeg alene i syv timer. Jeg lever af at stå på scenen og holde foredrag for 500 mennesker, og så tænker folk: "Guuud, hvor snakker hun meget." Men det ville også være mærkeligt, hvis

jeg holdt kæft. Men det kan sagtens være, at jeg ikke siger noget i syv timer bagefter, siger Michelle Hviid.

Vil bare være menneske

For det meste har hun teflondragten på, når andre prøver at dissekere hende, men en gang imellem bliver hun selvfølgelig ramt.

Selv vælger hun det rummelige ord "menneske", når hun skal sætte prædikat på sig selv.

- Simpeltthen menneske. Der er nogle ting, jeg er rigtig god til, og dem vil jeg gerne blære mig med. Der er også nogle ting, jeg er rigtig dårlig til, og dem vil jeg især gerne blære mig med, for jeg synes, der er en tendens til, at vi skal være perfekte. Jeg vil gerne være en god mor, en god elskerinde, en god kæreste og en god forretningskvinde, men jeg vil ikke være det samtidig, for så dør jeg af stress. Jeg vil bare være et menneske.

Af **Trine Grauholm**, tgr@jfmедier.dk
Foto: **Carsten Bundgaard**, livsstil@jfmедier.dk

- Jeg er lykkelig for den lortetumor

Gu' skal man græde, men man får det ikke bedre af at græde otte timer om dagen. Nogenlunde sådan lyder ratio-nalet bag den indædte kamp, der det seneste år har ført Michelle Hviid gennem hjernetumor, et brud, et dødsfald og en sønderskudt økonomi.

GENREJSNING

Da hun kommer til sig selv, er van-det iskoldt, og hun regner sig frem til, at hun nok har ligget i badekarret i fire timer. Hun kravler op af vandet, kæmper sig ud i køkkenet, hvor hun tvinger sig selv til at spise lidt, inden hun vælter ind i sengen.

Der er grænser for, hvor meget et menneske kan bære, og i de timer ønsker hun ikke andet end at blive indlagt på ubestemt tid, så alt ansvar kan blive taget fra hende.

- Det var et decideret sammenbrud, og i et døgn var jeg helt væk. Væk fra mig selv og min styrke. Der var godt nok ikke meget råstyrke i det døgn! Ha!

Michelle Hviid griner selvironisk, da hun fortæller om det sammenbrud, der væltede hende omkuld for bare få uger siden. Historien kommer, netop som hun har fortalt om den fest, hun skal holde lige om lidt i forbindelse med udgivelsen af bogen »Råstyrke«, der handler om den kolbøtte hendes liv tog, da hun for snart et år siden fik konstateret en tumor i hjernen. Der er bræk, tårer, svigt og frygt på en stor del af siderne, men også mod og en fanden-i-voldsk kampgejst, hvor Michelle Hviid godt nok er lagt ned, men aldrig brudt sammen. Derfor er det da lidt ironisk, at tilværelsen lige gav hende en uventet lammer, netop som hun havde konkluderet, at hun var igennem det værste og nu levede nogenlunde lykkeligt med eftervirkningerne fra operationen. Blandt andet et døvt højre øre og et højre øje, der i månedsvis ikke havde produce-ret væske. Men mere stabilt var det altså heller ikke. For da et rutinetjek hos øjenlægen viste, at hornhinden muligvis havde taget skade med risiko for kronisk dårligt syn, væltede det hele i en grad, hun ikke tidligere havde oplevet i forløbet.

- Det var en tornado, der ramte mig i brystet. Al rationalitet forsvandt, og jeg kunne ingenting. Jeg kunne ikke engang række ud efter hjælp. Det var som at sidde med tomme hænder og forsøge at bygge Eiffeltårnet. I dag har jeg det sådan »hva' pokker havde du regnet med, Michelle?«. Det sammenbrud måtte jo komme. Jeg burde nærmest have skrevet det ind i kalenderen, siger hun.

Nye nuancer

Der er et før og et efter. Før hjernetu-moren blev konstateret og borto-pe-reret var Michelle Hviid foredragsholder, klummeskribent, stifter af datingsportalen Running Dinner og en ualmindelig handlekraftig kvinde, der levede med livet på højeste volume og opfordrede andre til at gøre det samme. Så blev hun syg, blev opereret, blev afhængig af andres hjælp, blev udfordret af et sundhedsvæsen i laveste gear, blev forladt af sin kæreste, mistede en veninde og vidste aldrig helt, om hun nogensinde ville blive helt rask igen.

I dag er hun stadig foredragshol-der, klummeskribent, stifter af da-



Michelle Hviid er ikke typen, der pakker sandheden ind. Tværtimod insisterer hun på, at vi først for alvor kan handle, når vi forholder os til virkeligheden, som den virkelig ser ud. Hvis man trækker maven ind, hver gang man går forbi et spejl, behøver man ikke gå på kur. Men der er mere handlekraft i at studere det, vi ser i spejler, mener hun.

tingsportalen Running Dinner og tilhænger af at skrue op for livet. Men der er kommet andre nuancer til. Små nye indsigter er dukket op undervejs og har føjet nye lag til det, hun er gjort af.

En overvældende taknemmelighed for eksempel. Over for de mennesker der greb hende, da hun faldt.

- Jeg følte i en lang periode, at jeg var det mest grebne menneske i verden. Der var så meget kærlighed, og så mange mennesker, som gjorde så mange ting - som perler på en snor, hvor man næsten ikke kunne nå at registrere den ene gode gerning, før den næste kom. Jeg var sovset ind i kærlighed! lyder det fra Michelle Hviid, der næsten i samme øjeblik nyheden om hendes sygdom blev offentlig, besluttede sig for at sige ja til den hjælp, hun blev tilbudt.

Ikke noget med at sige »nej, det skal du da ikke« og »kun hvis det ikke er til besvær«. »Ja tak. Tusind tak« lød standardsvaret i stedet. Også til den fremmede kvinde, der klædt i gallakjole på vej til middag med statsministeren, rundede hendes lejlighed med en gryde fuld af chili con carne.

- Jeg er blevet meget bedre til at tage imod, men har også fået en vished om, at når vi hjælper hinanden, er det samtidig en gave til os selv. Når du siger ja til min hjælp, siger du også ja til mig, siger Michelle Hviid.

Ud med taberkortet

Det ligger Michelle Hviid meget fjernt at slå opgivende ud med arme-ne, så snart der opstår et lille bump

på vejen. Hun er tværtimod typen, der finder løsninger, smutveje, muligheder i alle udfordringer. »Jeg har simpelthen et gear mere end de fleste«, som hun selv siger. Ikke stor-skydende. Bare nøgternt konstate-rende. Derfor blev hun måske nok bange, men ikke væltet omkuld, da det, hun i første omgang fik at vide var en fedtskede, viste sig at være en hjernetumor af den slags, der skal opereres væk hurtigst muligt velvi-dende, at det kan lamme store dele af kroppen.

Som Pippi Langstrømpe, der mener, at hun sagtens kan klare alt det, hun ikke har prøvet før, var Michel-le Hviid overbevist om, at hun sag-tens kunne overkomme sin operati-on, hvis bare hun kæmpede nok. Og kæmpet har hun. Allieret sig med al-verdens former for hjælp til genop-træning, da det viste sig, at det offentlige først havde tid om en evig-hed. Krabbet rundt på gulvet for at genvinde balancen, spist kilovis af isterninger for at få liv i den følelses-løse kind og insisteret på at leve sit liv så normalt som muligt. For som hun skriver i bogen: »Jeg kan sagtens trække det kort, der hedder: »Jeg havde en tumor i hovedet.« Jeg kan rydde ethvert bord og vinde med det kort. Men hvorfor? Det er et taberkort, det kan godt være, at de fleste reagerer med store øjne, men jeg vil ikke. Jeg har ikke bedt om det kort, jeg vil af med det«

I dag fastholder hun på, at taber-kortet ikke gør noget godt for nogen. I hvert fald ikke for hende.

- Misforstå mig ikke. Jeg synes, det er vigtigt at græde. Jeg græder flere gange om ugen, for der er ikke noget mere forløsende. Og jeg har grædt mange gange det seneste år. Der har været dage, hvor jeg har grædt i flere timer, men sidst på dagen har jeg så måttet spørge mig selv, hvad jeg havde fået ud af det. Jeg havde det ikke bedre. Jeg gik ikke bedre. Det gjorde jeg til gengæld de dage, hvor jeg kæmpede i stedet for at græde, si-ger hun og understreger, at hun har fået indsigt i de enorme ressourcer, vi besidder og knap nok fatter, men samtidig for alvor har forstået, at det ikke kun handler om at kæmpe og så ender altting lykkeligt. Jeg har tidlige-re tænkt, at det bare var et spørgsmål om at tage sig sammen. Men det for-står jeg nu, at det ikke altid er. Jeg har jo oplevet, hvor vanvittigt svært det er, og jeg kan godt forstå, hvis ve-jen ender blindt for nogen, siger Mi-chelle Hviid.

En lykkelig slutning

I dag få uger efter sammenbruddet er der styr på øjet igen. Hun skal sta-dig dryppe det, men hun bliver ikke blind, sådan som hun et øjeblik fryg-tede. For flere måneder siden, da alt var mest kaotisk, vadede Niels ind i hendes liv, sagde ja til hele pakken og viste hende, at kærlighed kan vok-se stærkt, når man mindst venter det. Hendes foredrag er efterspurgte, hun har kontrakt på endnu en bog og den lille familie på mor og to børn skal ikke længere klare sig for 4000 kroner om måneden. På livets vigtig-

Michelle Hviid

• Michelle Hviid er født den 12. maj 1972 og stif-tede i 2002 datingpor-talen Running Dinner. Fire år senere blev hun kåret som et af Dan-marks unge iværksæt-ter-talenter af Børsens Nyhedsmagasin, og net-værket Morgendagens Heltinder kårede hende som »Årets Heltinde«.

• Hun har gennem en år-række desuden arbejdet som klummeskribent og foredragsholder - blandt andet med ud-gangspunkt i hendes bog »Skrup for livet«. Hver lørdag kan hun desuden høres på radio 24syv, hvor hun bestyrer »Hviids varmestue«.

• Michelle Hviid bor i Kø-benhavns nordvestkvar-ter med sine to børn.

RESÜMEE

Michelle Hviid hat ein furchtba-res Jahr hinter sich. Die Diagno-se Krebs, ein Zusammenbruch, ein Todesfall, eine finanzielle Krise und dann wird sie auch noch von ihrem Mann verlas-sen. Nun hat sie es überwunden und am Freitag erscheint ihr Buch »Råstyrke«. In ihrem Buch erzählt sie über die vielen Sor-gen, die vielen Tränen und wie sie sich zurück ins Leben ge-kämpft hat.

Sie hat von Anbeginn ihrer Krankheit gewusst, dass sie kämpfen musste, und nur so war es möglich, die Misslage zu überwinden. Sie erkannte, dass sie warscheindlich mehr als die meisten leisten kann.

ste områder går det så meget bedre, end hun nogensinde havde håbet, og hvis den gode fe kom forbi med ét ønske, ville Michelle Hviid ikke bede om at få skrevet det seneste år ud af sin historie.

- Jeg er lykkelig for den lortetumor, siger hun med så tilpas meget tyng-de, at man forstår, at hun ikke bare siger det, fordi det lyder godt.

For sandheden er, at den nok har bragt en bunke uoverstigelige udfordringer med sig, men den har også bragt så meget godt med sig. Vis-hed, forståelse, kærlighed, indsigt og mod.

- Først og fremmest føler jeg mig dybt taknemmelig. Det er da lige me-get om det regner eller om jeg vejer ti kilo for meget. Jeg kan kysse mi-ne unger. Det er ikke en selvfølge for mig længere, og samtidig er det enorm tilfredsstillelse at vide, det er noget, jeg i høj grad selv har skabt. Fordi jeg har kæmpet mere, end jeg har grædt. Den tumor var en stor, fed lort og jeg kunne slet ikke overskue, hvor klam den var, men jeg tog en bid af den, og nu sidder jeg her. Det er ikke nogen lykkelig historie, men jeg synes, det er en lykkelig slutning, siger Michelle Hviid.

Bine Madsen
Dagbladenes Bureau

Michelle Hviid: »Råstyrke« udkommer 2. oktober på forlaget People'sPress. 256 sider. 250 kr.



MAGASINET
Nr. 9 2015
10. årgang

TEMA

- Slidgigt
- Smerter
- Blodpropper
- Afhængighed
- Genoptræning

Godt nyt
Flere
Hjertestartere

Michelle Hviid

Nu uden tumor



Leukæmi

Svært valg mellem
transplantation og piller



Risiko

10 % risikerer afhængighed
af alle typer rusmidler



Hortons

Den værste smerte
lægevidenskaben kender



Nyhed

Ny kolesterolmedicin
revolutionerer behandling



Michelle Hviid laver te i sit køkken og virker i dag umiddelbart bemærkelsesværdigt lidt mærket efter hun fik fjernet en tumor i hovedet i december 2014. Det havde næppe været tilfældet, hvis ikke hun var blevet overflyttet til Vejlefjord Rehabilitering på sin seje mors insisteren. Foto: David Leth Williams, Scanpix Denmark.

Nu uden tumor

Michelle Hviid er indbegrebet af en ung, charmerende, smuk og driftig iværksætter med krudt i røven og et nærvær, der er paralyserende. I 2006 kårede Børsens Nyhedsmagasin hende som et af Danmarks unge talenter inden for iværksætteri og samme år kårede netværket Morgendagens Heltinder hende som 'Årets Heltinde'. Derudover holder hun foredrag, skriver bøger, laver radio og er flittig på sin blog. Tempoet blev dog abruptt sat ned, da hun sidste år op mod jul fik fjernet en fem centimeter stor svulst i hjernen, hvilket hun en måned før operationen kommunikerede åbent ud til alverden under overskriften 'Nu med tumor'. Hun har beskrevet hele forløbet i en sindssygt velskrevet og både medrivende, spændende og rystende bog, hvor hun skærer alt fedtet fra og går lige til benet.

• Af Charlotte Søllner Hernø
csh@raskmagasinet.dk

Michelle Hviid bor i Københavns Nordvestkvarter, præget af mindre virksomheder, etniske butikker, gammel og ny bebyggelse og mennesker fra alle egne af verden. Jeg kan pludseligt ikke finde rundt på vej til interviewet, men bliver hjulpet af to meget venlige og hjælpsomme ældre arabiske mænd. Det varmer om hjertet og jeg bliver nærmest boblende euforisk af glæde, da det viser sig, at Michelle har stået på sin store altan og holdt øje

med mig. Hun vifter med armene og siger, at den er god nok. Det er her hun bor.

Forlods læsning af Michelle Hviids manuskript til bogen 'Råstyrke', som udkommer den 2. oktober, har givet en forestilling om, at jeg skal møde en noget mærket forfatter. Men jeg har taget helt fejl. For jeg møder en høj, flot kvinde, der ikke synes at have mærkbare problemer, ud over at lejligheden netop er blevet fyldt op med stabler af brune kasser, som indeholder hvide skulder-muleposer med bogens titel, 'Råstyrke', påtrykt. Poserne er en gimmick, der skal være med til at sælge bogen.

Jeg havde ikke nogen valgmulighed

Michelle Hviid virker temmelig tjekket – hvilket hun i bogen siger, hun ikke er – kaffen står klar på langbordet. Med økomælk og det hele. Men lige meget, hvad hun selv giver udtryk for, så er det ret cool at skrive en helt ufiltreret og hudløst ærlig – ovenikøbet meget god – bog om at have fået fjernet et såkaldt acusticus-neurinom, en svulst i det indre øre, så kort tid efter, det faktisk er sket.

”Hvis du havde læst bogen og fået at vide, at det var ren fiktion, så ville du synes, historien var mega langt ude. Men ting sker i virkeligheden, og vi kan overleve,” fortæller Michelle Hviid om baggrunden for, at hun har valgt at skrive sin egen hårrejsende historie.

”Folk siger tit til mig, ’bare jeg havde dit mod’. Men hele min pointe er, at det har du også. Og når folk har sagt, at jeg har været så sej, så kan jeg kun sige: Ja, det har jeg, men jeg havde sgu ikke lige nogen valgmulighed. Der er ikke nogen, der har spurgt mig: ’Kunne du tænke dig at få en tumor eller at fortsætte med dit fede liv? Sådan er det jo ikke. Uanset hvem det hænder for, så må man tackle det, og vi indeholder simpelthen sådan en styrke alle sammen, som jeg virkelig håber, jeg kan tænde under folk, uden at de nødvendigvis behøver at gå igennem, hvad jeg gik igennem,” forklarer Michelle. Hun taler med en sødmefuld og behagelig stemme samtidigt med, at hun – lidt overraskende – også bander som en havnearbejder. Men effekten er lige så interessant, som når man spiser et lækkert stykke chokolade – med chili. Man bliver super opmærksom.

Når man får virkeligheden serveret på et sølvfad

De fleste af os luller os ind i en hverdag, hvor vi ikke reflekterer ret meget over noget. Vi gør som vi plejer og går op i ting, der synes vigtige for os, fortæller Michelle, som dog ikke lægger skjul på, at det har hun da også selv gjort.

”Når man sidder 10 centimeter fra døden og kæmper for at gå væk fra ham, så ved man godt, hvad der er rigtigt og forkert. Og

meget af det, man troede var vigtigt, smarte tasker, dyrt interiør, som jeg har gået meget op i, det betyder ikke en skid.”

Når man får at vide, at man har en tumor i hjernen, så får man virkeligheden serveret på et sølvfad, som Michelle formulerer det.

I dag har Michelle en helt anden optik end før.

”Det er stort for mig allerede nu at kunne sige, at jeg er glad for den lortetumor, at det ikke skal ændres, hvis jeg kan få et ønske af den gode fe. Den tumor har bragt så meget godt med sig, vished, forståelse, kærlighed, indsigt og mod. Og jeg har overlevet så fint, at jeg nu kan sige, at jeg ikke ville være den foruden. Jeg kan overhovedet ikke forestille mig det. Jeg kan godt lide hende, jeg er nu. Meget mere forstående, større.”

Tag aldrig alene på sygehuset – ALDRIG

Michelle Hviid kan i høj grad takke sin daværende kæreste for, at hun blev diagnosticeret så tidligt, som hun blev. Han er nemlig læge. Kort efter de var blevet kærester, mente han, at hun skulle blive undersøgt, for der var noget med det ene øje, som tændte nogle alarmklokker hos ham. Ikke hos hende. Hun tog det ikke særlig seriøst. Først efter to måneder gik hun hårdt presset til lægen, som til gengæld tog det alvorligt og sendte hende videre til skanning. Da Michelle skulle have at vide, hvad der var tale om, var hun begyndt at frygte det værste, nemlig kræft. Men lægen sagde, at hun havde en såkaldt fedtskede i kinden. Det, syntes hun, var temmelig sjovt, og hun blev afsindigt lettet. Naturligvis.

En ny tid med en specialist på Rigshospitalet gjorde hende ikke spor bekymret, så hun tog af sted alene. Noget hun nu definitivt ved, man aldrig må gøre, og hun siger med versaler: Man må aldrig tage på sygehuset alene. ALDRIG.

Lægen på Riget sidder med skanningsbillederne foran sig og begynder at tale om, hvordan Michelle skal behandles. Michelle afbryder ham, for hun vil vide, hvad det er for et hvidt område, hun kan se på billederne. ”Det er din tumor,” svarer lægen. Alt bliver tåget. Michelle mister fatningen og opfører sig nærmest som en zombie. Det er mildest talt forståeligt.



Fjernelsen af Michelles tumor medførte, at hun blev lam i højre side af kroppen og at hendes kognitive sans var blevet beskadiget. Den halvsidige facialisparese, betød, at munden løb ud af munden, talen var sløret og at øjet ikke kunne lukke eller producere væske, hvilket har medført en skadet hornhinde og et voldsomt nedsat syn. Man glemte nemlig, at hun skulle have været tilset af en øjenlæge. Foto: Privatfoto.



I oktober 2014 fik Michelle Hviid konstateret en godartet tumor i hovedet. I december blev hun opereret, og derefter gik det meste galt. Fra at være en eftertragtet foredragsholder og skarp blogger, som levede det gode liv, blev hun en halvdøv, delvist lam kvinde uden en krone, som ikke kunne kende sine egne børn. Foto: Privatfoto.

Det kræver råstyrke at blive opereret i hjernen

Det store operative indgreb skal finde sted i begyndelsen af december. Ting skal planlægges, kalenderen skal møbleres om, børnene skal passes, og der bliver lavet aftale med Vejle fjord Rehabilitering, hvilket lægen, der skal operere, ikke mener er nødvendigt, da hun vil være frisk efter 48 timer. Not. Sådan kom det slet ikke til at gå.

Michelle får brug for alle ressourcer og for enorm råstyrke. Inden operationen er hun kommet så langt, at hun beslutter sig for, at hun vil håndtere situationen genialt. Hun får også bestilt en ring med en kæmpe usleben rå diamant, som skal symbolisere alt det, hun gennemgår, og som skal minde hende om at kæmpe for de vigtige ting i sit liv. Da hun henter ringen, står der en indgrave-ring, som guldsmeden har valgt. Der står 'råstyrke'. "Det er mig, det har jeg. Jeg har ikke noget valg," siger Michelle.

Operationen, som indebærer, at kraniet skal åbnes bag øret og at lillehjernen midlertidigt skal skubbes til side, så man kan komme til at fjerne tumoren, går godt. Hvis der ses bort fra, at hørelsen er væk for altid på det højre øre, og at øjet i samme side ikke kan lukkes i. samt en hel del mere. Michelle kan ikke huske meget fra ugen der fulgte. Hun sov, brækkede sig, kunne ikke huske noget som helst, troede året var 1993 og kunne ikke tale, så omgivelserne forstod hende. Genoptræning blev der aldrig rigtigt tale om. Ikke på Riget.

En uge senere blev hun på sin mors insisterende foranledning overflyttet til Vejle fjord, for Michelles altopofrende og fantastiske mor var ikke i tvivl om, hvad der skulle til, nemlig alt det, man ikke tilbød hendes hundesyge datter på Riget. Moren turde dog kun, fordi Michelles kæreste var læge og tog med på turen til rehabiliteringscentret, hvor man ved, hvad der skal gøres, hvad der skal ske og hvorfor.

Og her sker fremskridtene. Lidt efter lidt. Takket være kontinuerlig, rigtig, vedholdende og kærlig rehabilitering. Michelle er dybt taknemmelig over den behandling, hun fik. Til gengæld er hun ikke imponeret over vores sundhedssystem.

Viljen er til stede, men ingen har tid nok i det offentlige

Hvis vi tror, vi har et sundhedsvæsen, hvor der er hænder nok, er det ikke sådan virkeligheden ser ud, ifølge de erfaringer Michelle Hviid har gjort sig. Viljen er til stede hos personalet, men de har ikke tid nok. Slet, slet ikke. Og dén historie, skal fortælles, siger hun.

"For mig er der usandsynligt meget handlekraft i sandheden,

især når den er noget lort. Det er netop, når vi tør forholde os til virkeligheden, at vi kan forandre den," skriver Michelle meget præcist i 'Råstyrke'. For ikke så længe siden var Michelle hos en øjenlæge, hvor hun fik at vide, at der nok var tale om hornhindeløsning, som giver blindhed.

"Øjenlægen spurgte – jeg kan næsten ikke få mig selv til at sige det – 'Hvad siger øjenlægen på Rigshospitalet?' Det ved jeg ikke. Jeg har ikke snakket med nogen, kunne jeg kun sige," siger Michelle. "Jeg vidste ikke, at jeg skulle have bedt om det. I didn't know."

"Dagen før jeg blev opereret, var jeg ikke så bekymret, for jeg skulle jo ind på Danmarks største institution for at få det bedre. Og jeg vil sige, at alle de mennesker, jeg mødte på min vej, var ualmindeligt søde. Men de kunne simpelthen ikke følge med. Det mest håbløse, jeg har oplevet, var, at lige så snart jeg kom ud af den bevidstløse tilstand, kom jeg, så syg som jeg var, ind på en firemands stue, hvor man ikke kunne styre lyset, jeg ikke kunne

lukke øjet og ikke så en øjenlæge. Det er så sindssygt. Jeg har lige holdt et foredrag, hvor der var en, der spurgte mig til sidst, hvad hun som chef for 20 sygeplejersker skulle sige til dem? Jeg ved det ikke. Få en privat sundhedsforsikring."

Jeg synes, man skal melde klart ud og sige, at man ikke har råd

Ifølge Michelle Hviid gør folk ansat i det offentlige sundhedsvæsen deres bedste. "Men de kører sig selv ned på det. Det er jo det, der er så frygteligt."

For der er slet ikke tid til patienterne. Og det skulle man måske så tage konsekvenser af, siger hun:

"Det, jeg synes, er vildt, er, at man siger, at man godt kan behandle folk, man finder den bedste læge til at operere, men når han har gjort det, så er man i frit fald, for så kan systemet ikke gribe dig. Den mad, der bliver serveret, bliver man fx mere syg end levende af at spise. Jeg synes, man skal melde klart ud og sige, at man ikke har råd, at man synes, man hellere skal leve rigtig godt de 20 år, man måske kan forvente, eller 5 år eller 10 måneder eller 5 minutter eller hvad det nu er, der kan være tale om. For hvad hjælper det, at verdens dygtigste læge har opereret, hvis systemet ikke kan håndtere patienten efterfølgende. Det var jo det, der skete for mig."

"En af grundene til at jeg har skrevet bogen er, at jeg synes, jeg har et ansvar for alle dem, der er syge, går og tæsker i en dyne hver dag og prøver at komme igennem med noget, men bliver mistænkeliggjort. Men der er ikke noget at mistænkeliggøre. Heller ikke i mit tilfælde. Jeg var skide syg."



Skanningsbilledet viser Michelles kranie, hvor acusticusneurinomet er det store hvide område. Tumoren udspringer fra den ottende hjerne-nerve, som skal sørge for, at der sendes besked fra øret til det center i hjernen, der får os til at opfange det, vi hører, og at give besked til hjernen om balancen, idet impulser fra det indre øre sendes via nerven til ligevægtscentret i lillehjernen. Den syvende hjernenerve er ansigtsnerven. Den sender nerveimpulser til ansigtsmusklerne, påvirker tåresekretionen og i mindre grad fugtigheden i munden. Nerverne ligger tæt ved hinanden i den indre øregang, der fører fra det indre øre til hjernen. Det er derfor, det ikke er uden risiko at få foretaget et indgreb så dybt inde i hovedet. Foto: Privatfoto.

Michelles bror forsøger at rede hendes hår, mens hun ligger bevidstløs i sengen på Rigshospitalet. Hun siger selv, at hun sov 23 timer og 50 minutter i døgnnet og ikke kan huske ret meget. I stedet har hun måttet rekonstruere forløbet ud fra, hvad hendes mor og bro m.fl. har fortalt om, hvad de så og oplevede. Foto: Privatfoto.

Man får det ikke bedre af at tie tingene ihjel

Hvad håber du på, der sker, når bogen udkommer?

"Jeg håber, at folk åbner munden noget mere, for jeg tror ikke på, at man får det bedre af at tie tingene ihjel. I det hele taget bliver mere åbne omkring det, der sker. Om de så vælger at gå offentligt med det, som jeg har gjort, eller bare vælger at sige noget til deres mand, deres børn eller deres nabo. Jeg håber også, jeg får nedbrudt nogle tabuer om, hvordan det er. Jeg havde aldrig set et ar i hjernen hos en kvinde og jeg kunne næsten ikke finde nogen billeder, når jeg prøvede at finde billeder af den operation, jeg skulle have, for der fandtes kun billeder af mænd. Ingen kvinder tør stille sig op og være så grimme. Jeg håber også, jeg kan minde folk om, at de kraftedeme skal leve, at de skal elske i dag, kysse noget mere og at de skal spise en is, når de har lyst. Folk skal fandeme være vilde med deres liv, for det er deres liv. Det er nu. Det er ikke i morgen. Det er ikke på mandag, når børnene er søde og solen skinner. Det er nu. Lige nu," siger Michelle klart og utvetydigt.

"Og dem, der synes, de er heldige, skal mindes om, at det ligeså godt kunne have været dem, der havde fået en tumor i hjernen."

Man skal sætte fingeren på det, der ikke fungerer

Tror du, der er nogle, der vil blive provokeret over din åbenhed i bogen?

"Det er der givetvis. Men det kan jeg simpelthen ikke tage mig af. Jeg pisser helt sikkert nogle af. Det gør jeg altid. Også steder, hvor jeg slet ikke havde set det komme. Jeg har allerede fået den første sure mail fra en mand, der også er opereret for et acusticusneurinom, har fået den bedste behandling og har haft så dejlig en oplevelse. Han syntes ikke, jeg kan være det bekendt. Jeg kunne så bare sige til ham, at jeg er glad for, at han har haft den oplevelse. Bare det var mig. Hans fantastiske historie berettiger bare ikke, at min historie ikke må blive sagt højt. Men jeg bliver da glad, når nogen har haft en god oplevelse med sundhedsvæsenet. Så tænker jeg, puh, det var godt," fortæller Michelle og giver endnu et eksempel:

"Jeg lå jo fx i 14 dage bevidstløs på en transportseng, hvilket ganske vist var en fejl, men ingen opdagede det og det gjorde sindssygt ondt i ryggen, også fire måneder efter. Jeg havde så ondt i ryggen, at jeg var én stor smerte. Oveni at jeg var opereret i hjernen. Hvordan kunne det ske på Rigshospitalet? Jeg forstår det simpelthen ikke. Og det er ikke mig, der er synderligt besværlig, eller min familie der stiller store krav eller har urealistiske, høje forventninger. Det fungerede lavpraktisk bare ikke. Hvis det kun var én ting, der var gået galt. Men 100 ting. Det er ikke et hædeligt uheld."

Hjernedødt at kritisere et system, man er afhængig af

Hvorfor råber læger og personale ikke op, tror du?

"Jamen, de er afhængige. Sådan har jeg det i øvrigt også selv. Derfor er jeg også ret spændt på modtagelsen af bogen, for det er virkelig hjernedødt at gå ud og kritisere et system, man er dybt afhængig af. Jeg skal op på Riget og tale med lægen igen og lige om lidt, rammer min bog markedet. Han ved godt, hvem jeg er, og at jeg har lavet mega røre i andedammen. Jeg synes, han er fantastisk, men jeg kritiserer et system, som han er en del af og som jeg også selv er afhængig af. Selvfølgelig slår man ikke den hånd, der fodrer en," kommer det tørt konstaterende.



Samtidigt er det vel også klogt?

"Ja, jeg har ikke noget valg. Man skal også lige huske, at sundhedspersonalet taler med to tunger. De taler med mig off the record, og siger én ting, og når de så udtaler sig offentligt, siger de noget andet. Uofficielt har jeg til gengæld fået mange knus af læger, som er så taknemmelige for, at jeg har taget det her op. Der er også mange sygeplejersker på Rigshospitalet, der siger tusind tak til mig, men hvis jeg ringer til dem nu og siger, at jeg sidder her med en journalist, vil du ikke fortælle din historie og om dine oplevelser, så holder de kæft," siger Michelle Hviid. Kort, klart, kontant og utvetydigt.

KOM STÆRK TILBAGE EFTER SYGDOM



Ring og hør
om mulighederne
på 76 82 33 33

Vejlefjord Rehabilitering tilbyder omsorgsfuld, nærværende og individuel genoptræning på et højt fagligt niveau. Efter eksempelvis;

- ◀ Erhvervet hjerneskade
- ◀ Cancer
- ◀ Hjerteoperation
- ◀ Operation eller skade i bevægeapparatet

Vi er klar til at modtage dig. Så ring, hør nærmere og bestil et ophold allerede i dag og få en fantastisk genoptræning i helt unikke omgivelser.



VEJLEFJORDREHABILITERING

VIDEN & FORANDRING

www.vejlefjord.dk

**VIND
BOGEN**
PÅ SIDE 64

TRÆN DIG FIT I NATUREN

Vil du gerne kombinere træning med frisk luft? I denne bog får du alle de redskaber og træningsprogrammer, som du skal bruge for at komme i gang. Den er skrevet af reflexolog Søren Malling, som blandt andet har været tilknyttet flere fodboldklubber, hvor han har holdt spillertrupper skadesfri med hjælp af de øvelser og grundtanker, som du finder i bogen.

Træn i det fri - leg dig til en stærk krop med Outdoor Fitness

Af Søren Malling
Strandberg Publishing
192 sider, 249,95 kroner

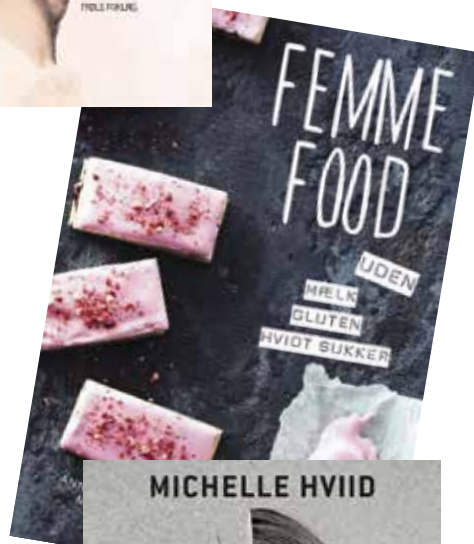


BLIV KLOGERE PÅ DIG SELV OG DIN HJERNE

Få her et indblik i hjernens komplekse og mystiske spind. Bogen er skrevet i et let tilgængeligt sprog og giver et billede af hjerneforskningens forsøg på at besvare et af videnskabens mest centrale spørgsmål: hvordan hjernen former vores oplevelse af virkeligheden. Hvad giver os identitet? Og hvordan opfatter vi os selv som menneske?

Den foranderlige hjerne og den forunderlige bevidsthed

Af Thomas Thaulov Raab
FADL's Forlag
349,95 kroner



SUNDE OG STÆRKE BØRN

De fleste forældre ved hvor belastende det kan være at have syge børn. I denne bog kan du lære, hvordan du med enkle skridt opnår, at dit barns immunforsvar kommer i topform, så dit barn undgår for mange sygedage. Samtidig får du et indgående kendskab til dit barns fordøjelse, blodsukker, søvn, sunde madvarer og kosttilskud. Alt sammen beskrevet, så rådene passes ind i en travl hverdag. Målgruppen er alle børn og deres forældre.

Naturligt sunde børn

Af Anette Straadt
Forlaget Aronsen
268 sider, 249,95 kroner

MAD TIL DIG MED ALLERGI

Hvis du også er en dem der døjer med allergier, er her opskrifter for dig, der ikke tåler mælk, mel og hvidt sukker. Bogen udspringer af søstrene Annika og Winnie's populære blog og er spækket med smagsfulde retter. Følelsesnævneren for opskrifterne er, at de skal være lækre, at råvarerne skal være nemme at få fat i og de skal være lette at følge. Bogen indeholder både opskrifter på morgenmad, frokost, aftensmad, desserter og snacks.

Femme food

Af Annika Methmann Christensen og
Winnie Methmann Christensen
Lindhardt og Ringhof
160 sider, 199,95 kroner

TOG LIVET I EGEN HÅND

Michelle Hviid havde gang i karrieren som en flittig og succesfuld foredragsholder og iværksætter, da hun fik konstateret en godartet tumor i hjernen. Hun blev opereret og derefter gik stort set alt galt. Hun blev en halvdøv, delvist lam og ruineret kvinde, som ikke kunne kende sine egne børn. Her er hendes historie om, hvordan hun meldte sig ud af systemet og ind i kampen for sit liv og sin familie, fordi der ikke var noget alternativ. Om tab af kærligheden, og om at samle styrke til at være både kvinde og forelsket igen.

Råstyrke - Da livet slog en #tumorkolbøtte

Af Michelle Hviid
People's Press
285 sider, 249,95 kroner



LÆS OM FLERE SUNDE
BOGUDGIVELSER PÅ:
magasinet-sundhed.dk/boeger



Op igen

I oktober 2014 fik Michelle Hviid konstateret en godartet tumor i hovedet. Bogen 'Råstyrke' handler om hele sygdomsforløbet, hvordan hun faldt og hvordan hun rejste sig igen. Vi bringer her et uddrag fra bogen, som handler om at finde sig selv og blive forelsket igen

Dagen efter den mislykkede date lå jeg på min sofa, kiggede på mine egne ben, som havde støvler på i sofaen, og tænkte, at sådan er jeg, sådan er mine værdier. Jeg ønsker ikke at lave dem om. Jeg har prøvet at være på forsiden af alle boligmagasiner i hele verden, mens jeg stod og så lykkelig ud i mit løgnagtige ægteskab. Jeg havde det af helvede til, og alt rodet skulle hele tiden flyttes bag kameraet, mens vi tog de smukkeste billeder af det perfekte hjem.

Jeg flyttede mit eget rod konstant. Det gider jeg aldrig mere, det er for stressende. Uanset hvilken følelse jeg har, så tænker jeg nu, at det er normalt, jeg behøver ikke forsøge at skjule den. Jeg var gået på kompromis med mig selv ved at gå på den date, jeg vidste godt, at vi ikke var et match, men han var der, og jeg håbede sådan.

Jeg var i virkeligheden bare ensom i min sygdom. Jeg drømte om en mand at dele forløbet med, en som kunne passe på mig. Men det ville ikke ske. Hvis det havde været svært før, så var det umuligt nu. Jeg kendte ikke engang min egen fysiske formåen som kvinde. Jeg skrev på Facebook, at jeg havde været på date med en mand, som givetvis ville gøre en anden kvinde superlykkelig, men ikke mig. Jeg var mere en 'fodderne i

sofaen kind of girl'. Jeg postede et billede af mine støvler oppe i sofaen og tænkte, at jeg blev nødt til at finde en, jeg kunne knalde med for at lære mig selv at kende igen.

Det var det vigtigste lige nu, men jeg vidste ikke, hvordan jeg skulle gribe det an. Jeg tænder på mænd, som er fantastiske, kloge, sjove, indsigtfulde, smukke. Sådan en kunne jeg jo ikke bare hive op af en hat. Det kunne jeg ikke engang, før jeg blev syg.

Samme aften fik jeg en mail fra Niels. Vi havde kort skrevet sammen for mange år siden. Han skrev dengang, at han godt kunne lide min uforfærdethed, at jeg skulle ignorere kældermenneskerne, som aldrig måtte stoppe mig. Jeg skrev tilbage, at han skulle hente mig i den bil, der var et billede af på hans profilbillede på Facebook og køre mig langt ud i skoven og forføre mig.

Så hørte jeg ikke mere fra ham, han var i et forhold, viste det sig. Jeg havde glemt alt om de skrivelser, det lå flere år tilbage. Det havde Niels ikke, og nu var han single. Vi var venner på Facebook, men jeg havde aldrig mødt manden. Han var en af mange, som følger med i mine tanker via mine updates.

Han skrev, at han var virkelig ked af, at jeg på den første date efter

operationen havde haft en dårlig oplevelse. Nu havde han i måneder indirekte fulgt med i min kamp, og han syntes, jeg fortjente en god aften. Han vidste ikke, om kemien ville være der, men han ville gerne prøve, og i forsøget i hvert fald sikre, at jeg fik en god aften.

Jeg kunne søge tryghed i, at vi havde flere fælles venner. Han var utrolig sød og betænksom. Han havde fulgt lidt med og kendte til min situation, mit nye udseende. Han måtte ikke være rigtig klog? Der var en oprigtig tone mellem linjerne, som viste mig stor begavelse om omsorg.

Jeg kiggede på hans billede, han så dejlig ud. Jeg kunne se den gamle tråd i korrespondancen og se, at jeg i hvert fald år forinden gerne ville forføres af ham i en skov. Ham knalder jeg, tænkte jeg. Og skrev ja tak til invitationen uden alt for mange overvejelser.

Den veninde, som kendte Per, jeg havde været kæreste med, havde engang arbejdet sammen med Niels. Hun kendte dem begge to. Jeg drillede hende, og takkede for alle de lækre single mænd, hun kendte, og som hun ikke introducerede mig til. Man skal også alting selv nu om dage.

Jeg aftalte at mødes med Niels fire dage senere, så vi havde rig mulighed for at skrive sammen, inden vi mød-

tes. Jeg ville hovedsageligt mødes af en årsag, jeg ville knalde og skulle bruge en mandekrop til det formål.

Han ville oprigtigt gerne lære mig at kende. Vi skrev meget sammen i de kommende dage. Hver gang jeg forsøgte at dreje tråden over på noget som helst af seksuel karakter, drejede han den tilbage. Lod mig tydeligt forstå, at det måske ville ende sådan, men at han oprigtigt glædede sig til at lære mig at kende.

Det var nogle utrolig kloge, indsigtfulde og sjove svar, han skrev. Vi var på bølgelængde. Jeg kunne ikke lade være med at teste ham, jeg var den mest krøllede udgave af mig selv. Men uanset hvad jeg skrev, så forstod han sagtens, hvad jeg mente, og jeg fik en begavet besked tilbage.

Allerede inden vi mødtes, var jeg udfordret af hans vid. Jeg blev mere og mere nervøs. Hvad skal jeg tage på? Er jeg smuk? Jeg var holdt op med at drikke med sugerør, men glas var stadig en udfordring. Min balance var stadig meget udfordret, men man kunne ikke se så tydeligt som før, at jeg havde store føleforstyrrelser i ansigtet.

Jeg så ikke ud som før. Jeg var blevet meget tynd og kunne ikke passe mit undertøj optimalt. Jeg ville oprindeligt bare knalde med manden, men det







Foto David Leth Williams

Michelle Hviid

- 42 år, foredragsholder og autodidakt iværksætter.
- Har bl.a. stået bag Runningdinner.dk, 'Michelles Mission' på DR1 og har skrevet bogen 'Skrup for livet'
- Derudover er hun fast klummeskribent i BT Weekend
- Blev i oktober 2014 ramt af en tumor i hovedet

ændrede sig, for hver besked der tikede ind. Jeg blev mere og mere interesseret. Han ville tydeligvis ikke fylde en ballon med varm luft og skuffe mig. Han nedtonede alt, og det virkede stik modsat. Jo mindre han gjorde det til, des vigtigere blev det for mig.

Jeg blev bange. Tænk, hvis han ville blive skuffet, når han så mig, tænk, hvis jeg bed mig selv foran ham. Tænk, hvis det gik godt, og han ville kysse mig. Når jeg har makeup på, sker der helt naturligt det, at den ene side er under påvirkning af tårerne i øjnene, den anden side er tør, indtil jeg drypper det. Det har indflydelse på min mascara, som virker stik imod hensigten, øjnene bliver endnu mere uens.

Jeg tør ikke få farvet vipper og bryn, som jeg plejer, før jeg kan lukke øjet helt. Jeg tager derfor på min første date nogensinde uden sminke

på. Han må tage mig, som jeg er. Jeg er ved at aflyse hundrede gange. Jeg kan slet ikke forestille mig, hvad der foregår i hans skøre hjerne, at han overhovedet vil mødes med mig. Jeg er defekt for helvede. Vælg dog lige, hvem du vil. Det kan han sagtens, tænker jeg og føler mig syg.

Jeg ser mig i spejlet og synes, jeg er smuk, jeg har aldrig været mere indsigtsfuld, mere rummelig, mere forstående. Sådan vakler jeg i tre dage. Man kan se mærkerne overalt på mig fra akupunkturen. Små røde prikker, hvor huden er frustreret over nålene. Jeg kører mod Lyngby, hvor han bor, i mit smukkeste undertøj og glæder mig især til at møde ham. Se ham i øjnene. Jeg håber.

Jeg kan ikke huske alt fra den aften, det var jeg for stresset til. Han stod med sin hund foran huset, da jeg kom, og vi mødtes foran døren.

Jeg nåede slet ikke at blive nervøs, mens jeg ventede på, at han åbnede. Han var der bare og så dejlig ud. Jeg gjorde, hvad jeg kunne for at skræmme ham væk. Jeg syntes oprigtigt, han var skør. Jeg fortalte ham og brugte virkeligheden – han ville alligevel opdage den med tiden, så det kunne lige så godt være, før jeg forelskede mig hovedkulds i ham.

Jeg fortalte, at jeg var halvdøv, at jeg måske ville få et sammenbrud, at jeg måske ikke kunne tåle forsamlinger af mennesker mere, at jeg var uden penge. Jeg gjorde, hvad jeg kunne for at male fanden på væggen. Han kiggede på mig og spurgte, om jeg var færdig med at fortælle om de svære ting, spurgte, om der var mere.

Jeg fortalte noget andet svært. Så kiggede han på mig og sagde: Jeg er nogens far, jeg har prøvet sygdom før. Hvis du gik ud og brækkede dig



i mit badekar lige nu, ville jeg stadig synes, at du var en prinsesse. Han var umulig at skræmme. En meget dejlig mand. Det er vores aften, ikke hele verdens, ikke denne her bogs. Jeg deler, men der er store dele, jeg ikke vil dele.

På et tidspunkt den aften, mens han fortalte noget, spurgte jeg ham, om han aldrig skulle kysse mig. Det fyldte alt, at jeg ikke vidste, hvad der ville ske, hvad jeg ville kunne mærke, om jeg ville savle. Jeg havde alle mulige tvangstanker om det, så jeg hørte ikke efter, hvad han sagde. Frygten for, om han ikke ville kysse mig, eller om ikke jeg kunne, fyldte for meget. Og jeg ville så gerne mærke hans læber.

Han rejste sig op og kyssede mig. Senere gik vi i seng. Aldrig har jeg mødt en mand, som passede så godt på mig, mens han drev mig til van-

vid. Jeg forelskede mig, mens vi elskede, og når vi ikke elskede, talte vi. Han prøvede at forstå, hvad jeg var igennem. Jeg havde mødt en mand, som ville passe på mig. Det har han gjort lige siden i en grad, jeg ikke kan forstå, og aldrig har jeg haft det så sjovt imens.

Jeg er komplet uligevægtig, og han stod helhjertet på lige midt i forløbet. Han græder med mig af glæde, når jeg pludselig kan noget, jeg ikke kunne i går, han følger med i mine kampe, drypper mit øje, henter mad til mig om natten, hvis jeg er sulten. Meget hurtigt blev han min bedste ven. Efter jeg mødte Niels, fik jeg endelig min appetit igen, efter næsten ikke at have spist noget i tre måneder. Jeg forelskede mig igen.

Al den opmuntring jeg har manglet, en som skubbede mig blidt frem, så jeg kunne tillade mig at snuble,



Råstyrke

- Titel: 'Råstyrke'
- Forlag: People'sPress
- Forfatter: Michelle Hviid
- Sider: 256
- Udkommer: 2. oktober 2015

har været der siden februar. Når jeg stadig bliver grebet af mindreværd, når jeg ikke føler mig smuk, når jeg leger med tanken om at det har været uretfærdigt, så er Niels der og er større end mit sorte øjebliksbillede.

Til min fødselsdag i maj havde han fået lavet en lysestage til mig. To blomster på en plade af jern. Det er os to. Smukke, stabile og på samme plade. Jeg elsker den lysestage. Jeg tænder den hver gang, jeg savner ham. Jeg har kørt hele skalaen, når det kommer til min vægt. Jeg har været meget for tyk, jeg har trænet mig til sixpack, jeg har været for tynd.

Det med vores kroppe fylder alt for meget i vores hverdag. Jeg har været så ked af mine ekstra kilo, at jeg har været i krig med dem hele mit liv. Nu vil jeg til enhver tid hellere have 10 kilo for meget på sidebenene end fem kilo for lidt. Vi er på jagt efter et

sygt ideal, som pludselig arbejder imod virkeligheden, når man er syg. Og det betyder i øvrigt intet.

En mand, som går op i min vægt, så længe den ikke er sygdomstruende, er ikke en mand for mig. Jeg vil elskes for det menneske, jeg er, uden makeup og uanset vægt. Jeg elsker hele mennesker. Jeg elsker Niels. Når jeg holder foredrag bliver jeg ofte spurgt, hvordan jeg tør elske igen. Jeg tør da slet ikke lade være. Jeg tør elske mere end nogensinde.

Engang gik jeg op i, hvor godt min kærestes tøj tog sig ud, jeg havde særlige værdier. Nu er det meget vigtigere for mig, hvordan han har det, hvad jeg kan hjælpe ham med, hvad der optager ham, hvordan jeg får ham til at føle sig som den fantastiske mand, han er. Jeg drømmer om, at han føler sig som den heldigste mand i verden, at han har den heldigste krop i hele verden, at han er den gladeste mand i verden. Så har han forhåbentlig overskud til at gøre det samme for mig.

Da jeg blev skilt, spurgte jeg i næsten et år alle, jeg mødte på min vej, hvor mange forhold de kendte, som de beundrede. Tallet var meget lavt, de fleste beundrede kun ganske få forhold, og det de beundrede, var, at de i forholdet formåede at løfte hinanden. De gjorde alt muligt for den anden, som gav modparten lyst til at gøre noget fantastisk igen.

Nu er jeg veludhvilet, fordi du tog dig af børnene i morges, det er jeg så taknemmelig for, at du skal blive lidt længere tid sammen med dine venner i dag, det bliver du så let over, at det falder dig naturligt at tage aftemaden, mens jeg læser i min nye bog, det er jeg så taknemmelig for, at jeg har lyst til at forføre dig. Nu smelter vi sammen.

Når vækkeuret ringer igen, så har du lyst til at tage børnene, mens jeg sover længe, det ved du, jeg elsker. Overskud avler overskud. Det er meget nemmere og meget sjovere end at slås om, hvis tur det er til at købe mælk.

Jeg har garanteret været langsomt opfattende her, men bedre sent end aldrig, og min hverdag bliver aldrig igen et slagsmål om, hvem der skulle have støvsuget. Det er ligegyldigt, om der overhovedet er støvsuget. Jeg vil ikke være hende, som går op i, om tingene matcher. Hende vil jeg ikke være. Mind mig om det, når jeg bliver forført af særlige ting. De er bare ting.

Jeg vil være en af de heldige, en af dem, der er i et forhold, man ser op til. Jeg vil gøre mig så fændens umage for ikke at miste, hvad der er blevet mig givet. Kærlighed.

Efter jeg mødte Niels, fik jeg ikke kun appetitten igen. Jeg fik også min menstruation igen, den havde været væk længe. Det er tegn på, at min krop fungerer. Jeg føler mig som en kvinde igen.

Jeg har et helt andet syn på kropsidealerne og det at være tynd. Vi skal være sunde, og nu er jeg ligefrem glad for en dulle. Hvis nogen ikke bryder sig om det, må de flytte sig.

**Tema om
øjne og
ører**



Michelle Hviid

Ikke så slemt som jeg troede

I efteråret 2014 fik tv-kendis, blogger, forfatter, iværksætter og nu også radiovært, 43-årige Michelle Hviid fjernet en godartet hjernesvulst. Konsekvensen var, at hun mistede hørelsen på det ene øre.

Af: Jette Warrer Knudsen / Foto: People's Press

Før operationen besluttede Michelle Hviid sig for at sige tak, fordi jeg havde dig. Tak til øret, som snart ville gøre Michelle til halvt hørende, som hun selv kalder sit nye livsvilkår. Med en node, tatoveret midt i det højre øre, ville hun vise sin taknemmelighed.

Da Michelle Hviid i efteråret blev opereret for en godartet svulst i hjernen, vidste hun, at hun efter al sandsynlighed ville miste hørelsen på det højre øre, men hun forstod ikke betydningen.

– Jeg havde meget svært ved at forholde mig til, at det skulle ske. I dagene op til operationen gik jeg og holdt mig for det øre, der ville blive døvt, men jeg kunne ikke forstå, hvad det betød, fortæller hun. Efter en benhård operation, hvor Michelle efterfølgende var så syg, at hun længe var bevidstløs og delvist lammet, havde hun ikke fokus på, at hun havde mistet hørelsen på det højre øre. Og da hun efterhånden fik det bedre efter genoptræningen, kunne hun stadigvæk ikke forholde sig til høretabet.

– Jeg fornægtede totalt, at det var sket. Og jeg troede faktisk indimellem, at jeg stadig kunne høre på det højre øre. Det må have været en slags fantom-hørelse, ligesom når man stadig føler smerte i et ben, der er blevet amputeret, fortæller hun.

Den totale åbenhed

Michelle Hviid er kendt for at være hudløs ærlig og kompromisløs, når hun gavmildt i medierne deler ud af sit liv til os alle.

Da hun i oktober pludselig fik at vide, at hun havde en stor, godartet svulst i hjernen, brød hendes verden sammen. Men også sit livs største nedtur delte hun med offentligheden. Og hun fortsætter med sin totale åbenhed nu, da hun har genrejst sig selv og er ved at finde et nyt fodfæste i livet med sine to børn, en ny kæreste og et nyt job som vært på Radio24syv.

Hun fortæller, at det ikke har været nær så svært, som hun troede at miste hørelsen på det ene øre. Ikke fordi, hun har gjort noget særligt for at lære at leve med reduceret hørelse.

– Jeg har ikke lært nogle særlige strategier. Jeg er meget kontant og praktisk anlagt, så det var bare om at gå i gang med at ændre de ting i dagligdagen, som gav besvær. Og være åben og ærlig over for folk – ikke mindst mine børn. >



Michelle fik en sjælden hjernesvulst

Et acustisk neurinom kostede Michelle Hviid hørelsen på det ene øre. Svulsten er en bindevævsknude på den hjerne-nerve, der har med hørelsen og balancen at gøre. Er ret sjælden, da den rammer ca. 100 om året.

Kilde: netdoktor.dk

VEGETABILSK OMEGA-3TM med marine alger... **NYHED**

**Godt for hjerte,
hjerne og syn**
Ideelt plantebaseret
alternativ til fiskeolie

- Bæredygtige alger med højt naturligt indhold af de essentielle fedtsyrer DHA og EPA
- Maksimal effekt med kun 2 små synkevenlige kapsler daglig
- Ingen bismag og miljøgifte
- Dokumenteret virkning

**Fås hos Matas, i helse-
kostbutikker, førende
apoteker og netshops.**

OMEGA-3 MARINE ALGER ER DEN DIREKTE VEJ TIL BÆREDYGTIG PRODUKTION

Vedligeholder normal hjerte- og hjernefunktion samt syn. Den gavnlige effekt opnås ved en daglig dosis på 250 mg DHA og EPA. Daglig dosis på 2 kapsler indeholder 250 mg DHA og 125 mg EPA.



dansk
farmaceutisk
industri a/s

Tlf. 4486 0550
www.dkpharma.dk



Michelle Hviids bedste råd til at leve med høretab:

1. Der er en stor frihed i sandheden. Så vær åben om dit høretab.
2. Fortæl andre om, hvordan du har det.
3. Dine børn skal vide besked. Også selv om de er små.

– Det mest mærkelige har været at skulle vende sig til, at jeg ikke kan høre, hvorfra lyden kommer, hvis jeg ikke samtidig kan se, hvor den kommer fra. Min producer er i et andet rum, men i højre hørebof – normalt. Nu er hun i venstre, men så kan jeg ikke høre gæsten. Så det kan godt give nogle udfordringer, når jeg skal følge med, fortæller Michelle Hviid og tilføjer, at hendes nye tilværelse som halvt hørende, kræver stor koncentration, og det kan godt gøre hende ekstra træt.

Stort tabu

Humor, selvironi og venligt drilleri er med til løsne op for ulemperne ved at havde mistet 50 pct. af hørelsen.

– Mine børn kan godt pjatte og drille mig med det, og det er helt fint, siger Michelle Hviid, der har været meget overrasket over, hvor stort et tabu, høretab er.

– Når jeg er ude, siger jeg altid til min bordherre, at jeg er døv på det højre øre, og når jeg sidder i flyveren, siger jeg det samme til min sidemand, så vedkommende ved, at jeg ikke er uhøflig, hvis jeg ikke svarer, siger Michelle Hviid, og fortæller, at det er meget forskelligt, hvordan folk reagerer. Negative reaktioner preller af på hende.

– For det er jo ikke min skyld, at jeg har mistet hørelsen på mit ene øre. Jeg prøver hele tiden på at vende det væk fra mig selv.

– Høretab er jo ret almindeligt, så jeg tænker tit på, hvor mange, der dagligt har det rigtig dårligt, fordi de ikke taler åbent om deres handicap, fordi det er så stort et tabu, siger Michelle Hviid, der har fået en ny mission:

– Hver gang, jeg har fortalt folk om mit høretab, så håber jeg, at jeg efterlader dem ved et andet udgangspunkt, end før de mødte mig. At deres viden og forståelse har flyttet sig, siger hun og tilføjer, at der også er fordele ved høretabet:

– Mine naboer kan godt larme meget, når de holder fest. Det generer mig ikke mere. For jeg vender bare det døde øre til. •



Ny bog

I oktober udkommer Michelle Hviids nye bog om, hvordan hun kom styrket ud af sit livs værste nedtur.

*Råstyrke, Michelle Hviid
Peoples's Press: vejl. ud-
salgspris: kr.: 249,95*

