

Poddavsnittet om att vara förälder med dold funktionsnedsättning som text

Finn Hellman: Hur är det att vara förälder med dold funktionsnedsättning? Måste man berätta det för sitt barns lärare? Och hur förklarar man för ett barn att man har en livshotande sjukdom? Det och mycket annat kommer vi att ta oss an den kommande halvtimmen. Trevlig lyssning!

Sandra Pihlström: Alltså sockret faller om man tar en juice. Sockret går upp lite grann. Sockret går upp för mycket. Då börjar man må på ett annat sätt. Det jojar ju sådär. Och har man inte tid att ta hand om sig själv som man kanske inte har när man har småbarn. Då blir inte ens blodsocker sådär jättebra heller.

Finn Hellman: Det här är Sandra Pihlström. Hon bor i Stockholm med sina barn, man och en hund. Och Sandra är en av de över 60 000 i Sverige som har diabetes typ 1.

Sandra Pihlström: Typ 1-diabetes är en sån, den påverkar alla delar av livet. Det finns ingenting, ingen situation som den liksom inte nuddar vid.

Finn Hellman: Det finns olika slags diabetes. De vanligaste sorterna är typ 1 och typ 2. Och Sandra förklarar hur de skiljer sig åt.

Sandra Pihlström: Typ 1-diabetes, då dör alla. Alltså all insulinproduktion som din kropp har. Sakta men säkert så dör den ut totalt och du får aldrig tillbaka den. I dagsläget så är typ 1 diabetes helt obotlig. Och den kan väldigt snabbt bli livshotande. Du måste tillföra insulin. Och du måste hålla koll på din blodsockerbalans. Hela, hela tiden. Alltså dygnet runt.

Typ 2 diabetes, då är du mer insulinresistent. Du kan ibland fortfarande ha kvar en del insulin i kroppen. I vissa fall, om du har den typen av diabetes, så kan du med kost och motion faktiskt få tillbaka ditt vanliga liv och bli frisk. Till stor del. Medans typ 1 diabetes så kan du i dagsläget inte bli frisk från. Men typ 1 diabetes vet vi fortfarande inte varför man får. Man vet att Sverige är nummer två i världen. Bland barn så är Finland värst, sen kommer Sverige nummer två. Och vi vet fortfarande inte varför och det är en stor gåta. Men forskningen har ju kommit framåt, den kommer hela tiden framåt, så jag är hoppfull om att det en dag kommer ett botemedel, i varje fall till de som insjuknar kanske idag.

Jag är eventuellt för gammal men det finns hopp.

Finn Hellman: Sandra Pihlström och jag tar en promenad på Södermalm i Stockholm. Vi går från Hornstull mot Skanstull. Och som nybliven mamma var det just på det här promenadstråket som hon var med om nånting omskakande.

Sandra Pihlström: Ja, men såhär, när man har typ 1-diabetes och är gravid så är det väldigt, väldigt mycket kontroller. Du har hela tiden kontakt med ditt diabetes-team och specialistläkare och blodsockret ändras nämligen. Hela hela tiden och dina insulinnivåer

måste också ändras. Alltså din behandlingsplan ändras i stort sett från dag till dag. Och sen så när du föder barnet, då var det ingen som berättade för mig i varje fall att man får ett helt annat blodsocker. Jag blev väldigt väldigt låg i mitt blodsocker hela hela tiden. och behövde nästan inget insulin. Från att jag då hade varit höggravid och tagit väldigt mycket insulin på slutet, födde mitt barn och sen behövdes det väldigt lite insulin. Och det fick jag i stort sett ställa in själv hemma. Samtidigt så har man då en nyfödd där hemma. Man är förstagångsförälder och det vet ju de som har barn att det är ganska nytt och omkullkastande i sig. och sen skulle jag ut och gå, för man vill ju också såklart ut och röra på sig och så hade jag vagnen och min lilla son i vagnen och så tog jag med mig juice och banan tror jag att jag hade då under vagnen så att jag skulle ha om jag fick lågt blodsocker och så började vi gå och så kände jag att ja men nu, nu behöver jag nog lite grann och så drack jag juice och så kanske jag gick lite till och så kände jag att sockret fortsatte sjunka, då åt jag min banan Och sen så börjar jag se mig omkring och går då här längs med vattnet och inser att det finns ingen kiosk, det finns ingen affär på vägen.

Jag kan liksom inte snedda upp någonstans för att få tag på något socker heller. Och plötsligt inser jag att jag går med mitt barn i en barnvagn. Det är vatten i närheten och jag har inget socker kvar. och mitt blodsocker fortsätter att sjunka. Det är en panikkänsla verkligen. Jag tänkte, ska jag vända hem? Ska jag vända om? Nej, det var lika långt tillbaka. Så jag fortsätter att gå och vet att det finns en kiosk borta vid Eriksdalsbadet. Jag tänker att jag måste bara ta mig dit. Jag kan inte gå snabbare för då bränner man mer energi. Jag minns faktiskt inte men jag hade nog ingen mobil. Av någon konstig anledning, eller att jag inte kom på det. Det var inte lika vanligt för 17 år sedan kanske att man hade på det sättet hela tiden kontakt med alla. Och sen Så sjönk jag så lågt, man blir då väldigt svettig, kallsvettig, man blir jätteyr. Man blir som att man går i lera. Man blir väldigt väldigt svag. Och samtidigt så har jag ju vagnen som jag är rädd att, om jag svimmar nu. Då åker ju vagnen iväg. Så vart försvinner min son om jag svimmar?

Vagnen kan ju bara rulla iväg. Så då tar jag tag i en människa längs med vägen och säger till henne att Hej, jag har diabetes och jag mår inget bra. Kan du bara hålla koll på mig och gå med mig till Eriksdalsbadet här? Jag kanske verkade lite brusad, för det kan man nog verka som i vissa fall också. Och då tyckte hon att jag var jättekonstig. Jag fick ingen fin reaktion. Jag minns bara att hon tyckte liksom att, ja, hon sa typ ingenting. Hon gick bara lite grann bredvid mig. Och jag trodde verkligen att nu svimmar jag när som helst. Men sen lyckades jag ta mig fram. Kom in på Eriksdalsbadet med vagnen och gick fram till kiosken där det var fullt med kö. Och bara sa så här, jag måste komma för er, jag måste köpa socker. Och måste ha verkat jättekonstig. Och jag tror inte att någon heller verkar så här jätteschysst och bara så här absolut, utan man Liksom, jag fick bara tvinga mig fram och så köpte jag väl upp hela Hela kiosken på Kokosbollar och juicer Alltihopa satt och liksom tryckte i mig det där sen och så klarade jag mig, men Efter det så har jag alltid gått ut med trippelt mycket socker och juice i väskan.

Aldrig, aldrig mer råka ut för det där. Och framförallt inte när mina barn. De ska inte råka ut för att jag inte har liksom planerat ordentligt. Det var det som hände den gången i alla fall. Det har hänt fler grejer men det här var en av alla situationer man hamnar i.

Musik

Sandra Pihlström: Jag har ju två barn vilket betyder ju att jag har varit med om det som alla småbarnsföräldrar är med om och det är när man hämtar på dagis eller förskolan. Så är det ju, jag tror att det kallas Hell hour, när det är ganska griniga barn som ska hem. Och jag är väl också ganska grinig då för att man inte har ätit på ett tag och sådär. Det har varit många, många situationer när man liksom egentligen bara får låta dem skrika lite. Bli hämtade och så

ska jag orka hem också och så. Jag har väl liksom tryckt i mig en banan bara för att ens klara av att ta hand om dem. Och det kanske jag inte skulle gjort i dagsläget att hålla på liksom att trycka upp mitt blodsocker så här akut hela tiden. Men det gjorde jag ganska mycket när de var små, att jag sket i mitt eget mående faktiskt. Och sen så till exempel när det är mycket snö i Sverige och man har vagn. Då ska jag dra den här vagnen och då sjunker blodsockret alltid. Det är som ett hårt träningspass ibland. Och så kanske man inte har förberett sig riktigt för det.

För vissa är det bara att hämta hem barnen från förskolan. Medan för mig är det träning, det är ett blodsocker som faller, det är mat som ska fram. Och så är det barn som kanske inte är jätteglesa just den tiden på dygnet. Så det har varit många sådana situationer som man bara lever med hela tiden.

Finn Hellman: Nu pep det hos dig, var det något?

Sandra Pihlström: Ja, nu fick jag ett larm på min insulinpump som vill säga mig någonting. Eller på min sockermätare är det framförallt. Nu visar den att jag börjar bli lite låg. Så då ska jag ta en liten klunk juice så att jag klarar sista biten. Annars kan jag nog kanske må dåligt om ett tag. Bara en liten, bara några klunkar så att jag klarar mig.

Finn Hellman: Men hur förklarar man för sina barn att man har en allvarlig sjukdom? Och kan man förbereda dem på hur de ska tackla en akut situation?

Sandra Pihlström: Jag har varit väldigt noga med att berätta vad de ska göra om jag blir dålig. För att vi alla ska känna oss trygga. Hur ett 112-samtal skulle gå till, hur de antagligen blir guidade och sitter hos mig och väntar tills ambulansen kommer. Om någonting skulle hända och sådär.

Finn Hellman: Den informationen har kommit pö om pö?

Sandra Pihlström: Ja, den har vi tagit flera gånger. Det har varit många gånger faktiskt jag har pratat om det. Men det har varit mer i olika åldrar också. Kolla av lite att de kommer ihåg. Vad är det du ska göra om jag tuppar av? Ja. Antagligen har du lågt blodsocker säger de. De kan också kolla på min insulinpump eller min telefon vad jag har för blodsocker. Har jag lågt blodsocker så vet de att det är livsfara. Och att de ska stryka honung på mitt tandkött. De får inte ge mig någonting som kan stoppa luftvägarna. De får inte trycka i mig socker eller så för då kan det ju bli att man fastnar i halsen. Men det är ju socker jag ska ha då, för socker räddar mitt liv. Och det vet de.

Finn Hellman: Det måste ändå vara en svår balansgång det där att å ena sidan vara tydlig och förklara vad som gäller och varför och sådär. Å andra sidan inte stressa dem och skrämma upp.

Sandra Pihlström: Absolut. Jag tror inte att man ska hålla på och stressa upp någon. Det är bara bra att i vissa åldrar kolla av kunskapen. Liksom, vet du vad du ska göra? Vet du vad som skulle kunna hända? Bara då och då.

Vi var nyligen i Thailand. Det är ganska rejält mycket packning för mig. Med alla tillbehör till min pump och blodsockermätare. Insulin, extraprylar. Om pumpen går sönder måste jag ha extrareserver till vanliga sprutor. Och så vidare. Så jag har en hel rullväska. Som bara är

mina saker. Sen vill jag att de också ska ha lite extraprylar i sina väskor. Sen ska vi igenom. Du vet säkerhetskontrollen och då får inte jag gå igenom för då är min pump den ska inte gå igenom. Och mina vissa prylar får inte rulla igenom den här. Vad kallas det röntgen eller den här?

Finn Hellman: Just det, du får inte gå igenom metalldetektorn.

Sandra Pihlström: Metalldetektorn, tack. Och då måste alla stå och vänta på mig så där så att de lever ju med att jag är lite specialare hela tiden.

Finn Hellman: Gick det bra i Thailand, själva vistelsen där?

Sandra Pihlström: Ingenting som påverkade familjen så mycket, förutom att de typ två första dagarna svängde mitt blodsocker något otroligt kraftigt. Så jag tror att jag nästan, jag blev orolig att mitt insulin inte funkade. För det får inte bli för varmt och det får inte bli för kallt. Och jag hade väldigt högt blodsocker i ungefär två dagar. Så vid 11-12 på kvällen, en kväll så gick jag och min man till gymmet på hotellet och så fick jag ställa mig På den här sän här som man springer Och så gick jag runt där liksom i en halvtimme ungefär tills mitt blodsocker faktiskt började sjunka lite Och det var en sän här kanske på grund av jetlag och Värmen Och jag drack mycket vatten och sådär så fick jag ordning på det efter 2 till 3 dagar ungefär Men det var en påfrestning för mig. Och det är klart, min man fick ju följa med till gymmet på kvällen. Men i övrigt tror jag inte att de andra märkte så mycket av det.

Finn Hellman: Om det är någon som lyssnar på den här podden nu som har typ 1-diabetes och funderar på att skaffa barn. Är det någonting du vill säga dem? Som de kan tänka på?

Sandra Pihlström: Man ska absolut våga bli gravid, men man ska absolut också ta det på största allvar. Man ska ha kontakt med sitt diabetes-team i god tid innan man vill bli gravid. Man ska ligga på bra nivåer i blodsocker. Och sen är graviditeten en tid när du måste ha tid för att åka extra till sjukhuset för extra ultraljud, specialistmödravården och så. Men allt det där gick väldigt bra för mig, så jag. Jag kan liksom inte annat än att säga att man ska köra.

Finn Hellman: Och sen det som du själv var med om det här med att efter graviditeten så blev det lite annorlunda.

Sandra Pihlström: Du kanske behöver mer backup hemma än vad jag hade. Se till att liksom Kan du ha någon mormor och farmor som står där lite i början så att du får återhämta dig mer. Om man tänker sig att en person med typ 1 diabetes ammar och sockret faller. Du behöver väldigt mycket mer energi för att klara, och då ska du också hålla i det här lilla spädbarnet.

Finn Hellman: Var det någonsin aktuellt med någon sän här, kallas det för mjölkpump eller vad kallas det för?

Sandra Pihlström: Jag försökte med det men jag lyckades faktiskt aldrig. Min man tog däremot en ersättningsomgång på kvällarna, i varje fall vår första, för vår första son gick ner mycket i vikt så han behövde ändå extra. Så för vår del så funkade det bra. Men jag försökte ändå amma båda.

Finn Hellman: Själv är jag uppfödd på välling så det går det med.

Sandra: Det går det med.

Finn Hellman: Har du något råd till pappor med typ 1-diabetes?

Sandra Pihlström: De behöver ju också ta hand om sig själva för att orka med barnet. Det är väl lite som när man lär sig på flygplanet att man ska sätta på sig syrgasmasken först för att hjälpa andra. Och det är väl lite samma, man ska se till så man tar hand om sig själv och mår bra. Och sen kan du vara där lika mycket för ditt barn som en frisk person. Det är väl bara att du liksom inte, en pappa ska inte heller gå ut i parken med sin unge och inte ha med sig sin juice och så vidare. För då kan du hamna i samma situation som jag hamnade i.

*** **

Madeleine Fredriksson: Jag heter Madeleine Fredriksson och jag har två tonåringar. Jag har en flicka som fyller 17. Och jag har en pojke som fyller 19. Jag är ensamstående sen ganska många år tillbaka.

Finn Hellman: När Madelene Fredriksson var yngre såg hon ungefär 10 procent. Men nu för tiden är synen nere på 4 procent. Och det hon tycker varit svårast som synsvag mamma, det har varit att träffa andra föräldrar. Både att få kontakt med dem och att få deras förståelse. Jag ber henne ge exempel på vilka situationer som varit särskilt knepiga.

Madeleine Fredriksson: Det är väl kanske att komma till en stor picknick med en klass om vi håller oss i skolvärlden. Då blir det bara en massa för mig. Men att komma in i ett klassrum och jag ska hitta. Man kanske ska sitta i den bänk där sitt barn brukar sitta och då är det någon liten lapp någonstans man ska hitta eller . Och det här man kanske ska se, känna igen folk på håll. Och det här med, ja men ska jag heja på alla som kanske är eventuella klasskamraters föräldrar eller. Ja men lite sådär. För att när jag kommer in i ett rum, då står det ju bara en massa vuxna där och det tar ju mig en stund innan jag hinner scanna av vilka de här är. Jag lyckas ju till slut men jag ser det ju inte på en gång riktigt.

Finn Hellman: Har du haft några strategier för att på något sätt kompensera för det här?

Madeleine Fredriksson: Ja, det tror jag. Jag har nog varit ganska kontaktsökande. Och för att jag kanske vill ha nya bekantskaper, kanske vill lära känna andra föräldrar och familjer. Jag har nog varit kanske extra trevlig tror jag. Och en märklig grej jag tänkte på att jag har aldrig haft extremt lätt för namn. Men sen när mina barn började skolan fick jag jätte, jättelätt för namn. Det var lite som att den här reptilhjärnan kickade in att nu måste jag veta vems förälder är och vad den heter. Och ända sen dess har jag fått mycket lättare för namn. Och jag har fått lättare att känna igen folk. Och ibland kändes det som att jag kände igen folk mycket bättre. Än de kände igen mig. Men det var nog för att jag la så mycket energi, tror jag, på att känna igen de här föräldrarna. För att det var så viktigt.

Men jag vet att jag tänkte ibland att, ja men, varför ska jag berätta att jag ser dåligt? Det är ju ingen annan som sitter här och berättar om de har magsår eller vad det nu må vara, vad de har för problem, liksom, med sin kropp. Å andra sidan tänker jag också att, ja men vad skönt det är om folk vet att jag inte känner igen dem. Så det där har jag fortfarande inget svar på.

Finn Hellman: Men är det så lätt för folk att komma ihåg det här att du ser så dåligt när du inte har vit käpp eller det syns inte på något annat sätt på dina ögon eller så?

Madeleine Fredriksson: Nej, det är nog inte det kanske. Men jag har ju en nystagmus som är en form av skelning kan man säga. Men den är ju ganska liten. Så där handlar det nog kanske, om man nu ska spekulera, hur uppmärksam man är. Det kan ju hända att vissa kanske ser det här men inte tänker så mycket på den. Och vissa ser den aldrig. Så jag tror kanske inte heller att jag vet hur mycket synskadad jag ser ut att vara. Jag är nog inte riktigt, ja jag fattar nog inte det.

Finn Hellman: Att berätta eller inte berätta om sin synnedsättning. Madeleine har testat båda varianterna och hon tycker att i slutändan blev resultatet detsamma.

Madeleine Fredriksson: Jag vet när min son började skolan så var jag hela tiden i valet och kvalet på exempelvis föräldramöten. Ska jag berätta eller inte? Och jag har nog aldrig kommit fram till någon bra slutkläm på den frågan. Men sen när min flicka började skolan då tänkte jag att nu ska jag prova. För jag berättade inte så mycket när min son började skolan. Jag gjorde väl det kanske någon gång. Men när min flicka började. På första föräldramötet vet jag, på sexårsverksamheten, då berättade jag faktiskt att jag såg dåligt. Men the outcome är nog ingen större skillnad faktiskt.

Finn Hellman: Hur då?

Madeleine Fredriksson: Man träffar ju människor man tycker är trevliga och som man umgås med, kanske lite grann. Men i den stora massan blev det nog ingen skillnad på att, okej, nu kommer Madeleine som är en synskadad förälder, nu ska vi se till att hon hittar sin picknickplats. Nu kanske hon letar efter Hanna då, som min flicka heter. Folk är mycket uppe i sitt. Jag förväntar mig egentligen inte heller att de ska liksom, oj nu kommer Madeleine, nu ska vi hjälpa henne och visa vart hon ska sitta eller sådär. Men det finns kanske ett hopp ibland om att andra ska, ja, finnas där och se en lite grann.

Finn Hellman: Nu är hennes barn i övre tonåren och det var länge sedan hon behövde leta efter dem på någon picknick. Men jag ber Madeleine att dra sig till minnes hur det var. och att fundera på om det finns någonting som skulle kunna fått henne att bli mer avslappnad i mötet med skolvärlden.

Madeleine Fredriksson: Det hade kanske varit skönt ibland att kunna vara två. Alltså, nu var jag ju liksom ensam på de flesta av de här föräldramötena. Som då verkar vara någonting som jag upplevt som jobbigt eftersom jag nämner det hela tiden. Men är man två kan man slappna av, om man har en partner man kan ta med sig. Då behöver man inte heller lägga energin på att hitta rätt sal. Det är ofta det första jag ska göra. Sal 5, 7 eller vad det nu är. Plan 18, liksom. Så att. Ja, ta med dig nån.

Finn Hellman: Och jag tänker att det kanske inte ens behöver vara en partner. Det kanske kan vara en kompis eller någon om man nu har möjlighet till ledsagning eller så.

Madeleine Fredriksson: Ja, absolut. Absolut. Men jag har ju aldrig haft ledsagning och tanken att ta med en kompis kom inte förrän nu när du sa det. Men det är en bra idé.

*** **

Finn Hellman: Det här är Tove Selvåg Drott. Hon har bjudit hem mig till sin lägenhet i Solna i Stockholm. Här bor hon med sin man och sina två söner som är 7 och 11 år gamla.

Tove Selvåg: Ett linne med ett stort tryck på. Med min logga Våga stamma.

Finn Hellman: Tove visar mig tygpåsar, broscher och alla möjliga plagg som hon låtit trycka olika budskap på. Men vi tar det från början. När Tove var liten stod det snart klart att hon stammade mycket. I skolan blev hon retad för det och hon mådde inte bra. Tove försökte dölja sin stamning och det tog så mycket kraft att det gick ut över studierna. Men på gymnasiet vände allt och det började gå bra för henne. Hon läste upp flera betyg på Komvux och kom till slut in på Lärarhögskolan. En dröm hade gått i uppfyllelse. Men inte heller nu var hon helt öppen om sin stamning.

Tove Selvåg Drott: Det var en gång vi hade en tenta och vi skulle åka och äta lunch, alla som jag pluggade med. Vi valde McDonald's och jag var så hungrig, jag var vrålhungrig. Och så kom vi dit och bara, kan inte säga vad vi vill äta för att liksom. Orden fastnade totalt. Det enda jag fick fram var en cheeseburgare. De jag var med sa, var inte du hungrig. Jo, men jag kom på att jag ska äta sen. Det var en extremt dålig nödlögn. Det blev jättekonstigt. Så att. Då hade jag inte heller accepterat det riktigt. Jag kunde liksom inte. Ja, men låta det liksom, låta orden få ta sin tid, utan då skulle det gå så himla fort med att komma på ett ersättningsord.

Finn Hellman: Tove stammar inte lika mycket nu som hon gjorde som barn, men det finns fortfarande situationer där stamningen gör sig extra påmind.

Tove Selvåg Drott: Ofta när jag stammar som mest, då är jag trött, hungrig, då kan det bara, alltså det funkar ingenting. Eller att jag går väldigt fort och ska vara andfådd och försöka prata. Det kan ju vara svårt för en som inte stammar också. Men det är jättevarierande. Sen tränar jag mycket själv på att försöka prata långsamt. Det är en talteknik där jag ska försöka se till att jag inte pratar för fort. Eller att jag kan berätta om ett exempel som hände för några veckor sen. Min äldsta son är elva. Han hade fått en bild. Han fick en bild från de andra kompisarna att de hade ätit pizza. Då säger han till mig så här. Jag blev inte tillfrågad att äta pizza. Jag sa bara att du har varit sjuk. De kanske trodde att du var sjuk. Du har varit borta nu i tre dagar. Nej, men det har varit så förut också. Jag blev lejonmamman. Nu minsann ska ni få höra! Man liksom tänder till. Jag vet att det hade varit lite, och då ringde jag upp en av föräldrarna. Redan när jag ringer upp känner jag hur pulsen höjs. Jag bara. Hur ska det här gå? Det var nog den.

Det var länge sen jag fick såna extrema blockeringar och förlängningar. Det var som en enda gröt. Jag skulle försöka berätta om att han varit sjuk. Det var så många saker samtidigt. Jag berättade att han upplever att han inte får vara med. Det som också blir jobbigt är att jag inte ser personen. Telefon och xxx stämmor, mycket. Jag kan inte avgöra miner. Jag kan inte avgöra om hon suckar eller vad hon vill. Fattar hon? Vad gör hon? Är hon med, eller?

Finn Hellman: I kontakten med vården har Tove upplevt en del problem. Som till exempel när ena sonen var inlagd i tre veckor. Han fick god vård, men ångesten Tove kände gjorde att hon stammade mer än vanligt.

Tove Selvåg Drott: Jag kände då att vissa säkert kunde uppleva mig som en jättehispig mamma. Jag fick inte fram allting och det stammades och sådär. och att ibland försöka omformulera mig och samtidigt kunna vara lugn. Där och också när jag ringer 1177 så har jag svårt för vissa bokstavsljud. Vilket jag har. Och att det också blir svårt att säga mitt ena barns fyra sista siffror. För att de ljuden går inte ihop. Så det är till och med så att 1177 har lagt på luren i örat på mig. De bara "nu hör jag ingenting" och så lägger de på.

Finn Hellman: De kan inte låta dig få den tiden du behöver för att säga siffrorna?

Tove Selvåg Drott: Nej.

Finn Hellman: Avbryt inte och lägg inte ord i munnen på den som stammar. Låt hen själv få avsluta sina meningar. Så lyder de viktigaste råden från Tove Selvåg Drott. Hon blev till slut så irriterad på okunskapen om stamning att hon skrev boken "Jag tror det bröts, du försvann." Hon startade podden "Prata utan gränser." Det senaste året har hon börjat sälja kläder och accessoarer med budskapet: "Våga stamma."

Tove Selvåg Drott: En ganska knallrosa med en hoodie som är med vit text. Också för att den syns väldigt mycket och jag tycker att jag haft nu vitt och svart och grått hela vintern. Så det känns ganska tråkigt.

Finn Hellman: Och då står det våga stamma?

Tove Selvåg Drott: Ja, på den. Man ser att de läser med läpparna. Våga stamma. Så ser man. Så tankarna går där. Jättekul! Och genom att bära de här pins och kläder och. så hjälper man ju till att öka kunskapen genom att det blir ett samtal om det.

Finn Hellman: Jag ställer samma fråga till Tove Selvåg Drott som till de två tidigare intervjupersonerna. Vad kan man tänka på som förälder med dold funktionsnedsättning? Ett av hennes tips är att vara öppen om sin stamning. Hon påpekar att hon själv inte alltid varit det. Att det är först nu de senaste åren som hon börjat berätta för de hon träffar att hon stammar. Det gör det lättare för dem att ställa frågor om de har några. Om man tycker att det är svårt att prata om stamningen ansikte mot ansikte kan man mejla om det på förhand, om man t.ex. ska träffa sitt barns lärare.

Tove Selvåg Drott: Var den förälder du är.

Stå upp för ditt barn.

Våga! Det finns ingenting. Du ska aldrig behöva känna att. Jag kan inte ta den här. striden när det kommer i olika åldrar eller välja att vara tyst på föräldramötena eller kanske din partner tar utvecklingssamtalen för att du själv tycker det är jobbigt. Gå. Det är mottagaren som måste stanna upp för mig. Där får man vara lite ego faktiskt. Nu är det så här, mitt ord. är lika viktigt att säga som ditt, fast det kanske tar lite längre tid.

Finn Hellman: Här är det slut. Programmet är en del av projektet Föräldraskap på lika villkor, som är ett samarbete mellan Funktionsrätt Sverige och RFSU, med stöd från Allmänna Arvsfonden. Jag som producerat och intervjuat heter Finn Hellman. Lyssna gärna på flera av våra program och ta del av vår kostnadsfria webbutbildning. Du hittar allt på vår hemsida funktionsratt.se.

