

”Man tyckte att smärtpatienter var gnälliga”

En ung läkare som direkt såg att vården inte brydde sig om smärtpatienter – och reagerade på det. Ett gift par som alltför tidigt försökte sig på att arrangera friskvårdsveckor. En civilekonom som övergav regeringskansliet för att forska om ”kroppens mening”. En så småningom erfaren läkare som förvandlades till en arg patient och blev sedan ”Arga doktorn” med hela Sverige...

I EN ÅLDER när de flesta andra börjar trappa ut arbetslivet, så gjorde Björn och Britt Bragée tvärtom: startade en ny klinik, Bragée rehab, som blivit Stockholms största för smärthereab.

Anledningen var att landstinget hade skapat en ny typ av avtal.

– Vi kände att vi bara måste testa! Vi tyckte inte att vi hade fått göra riktigt det vi ville än. Tidigare var allt ganska hårt styrt. Med nya avtalet skulle vi få nästan fria händer, säger Britt.

Björn och Britt hade tidigare drivit smärtkliniken Kronan, men lämnat den och jobbade i mindre skala. Men på våren 2014 gick de alltså igång igen på alla cylindrar.

– Det var rent berusande, säger Björn.

I nya avtalet ingick att flera olika yrkesgrupper skulle möta smärtpatienterna. Så hade Björn och Britt alltid jobbat, men det var fortfarande ovanligt inom vården.

– När jag började som nybliven läkare på sjukhuset i Östersund, tyckte man att smärtpatienter var gnälliga. Det fanns inga påtagliga fel på dem och man visste inte vad man skulle göra. Därför brydde sig vården inte om dem, berättar Björn.

Så är det än idag, trots att det finns siffror som visar att de som har långvarig smärta får en kraftigt försämrad livskvalitet – avsevärt mycket mer än de som har cancer eller hjärtinfarkt till exempel.

Björn började jobba för bättre bemötande och behandlingar. Han hade varit i Kina och lärt sig akupunktur – akupunkturen hade knappt kommit till Sverige än – och startade med att behandla sin egen överläkare.

– Jag botade honom och fick honom på min sida. Sedan kunde jag öppna Jämtlands första smärtmottagning. Den var liten. Jag fick hålla till i en ombyggd handikapptoalett!

Vid sidan av jobbet på sjukhuset i Östersund, satsade Björn och Britt på att starta hälsoveckor. Britt var gympaledare vid sidan av sitt jobb som civilekonom. På hälsoveckorna skulle deltagarna få vegetarisk kost och motion. Kock, dietist och sjukgymnast hyrdes in.

De investerade en massa arbete och pengar, men var lite före sin tid och fick inte så mycket respons som de hade hoppats, när de skickade ut sina tusentals reklamblad...

Tillbaka i Stockholm började Björn på Södersjukhuset. Patienterna stod på kö, Björn hade många idéer, men när han krävde att få utvidga Södersjukhusets lilla smärtmottagning, blev det motstånd.

– Jag bestämde mig för att starta eget.

Björn öppnade i en gammal frisersalong på Kungsholmen och fick massor av patienter, mest kvinnor, många änkor. Ofta sökte de inte bara för smärta utan behövde också prata.



*Björn och Britt tillsammans med sina hundar Lisa och Micke. Lisa (i Björns knä) över-togs av en familj där barnet blivit allergiskt. Micke är adop-terad från ett hem för över-givna hundar på Irland och det tog lång tid innan han blev trygg med människor igen.
Foto: Peter Knutson*

Det hände mycket just då, bland annat inom det som kallas New Age. Vi ville hitta nya vägar och inte göra som man alltid hade gjort, säger Britt.

När de hade varit på ett stort evenemang i USA, som hette "Love and relationship training" 1987, bestämde de sig för att nästa steg tillsammans var att öppna en smärtklinik. Smärtkliniken Kronan vilade på fast vetenskaplig grund, och samtidigt provade Björn och Britt nya vägar.

– Bland annat gjorde vi en teaterpjäs som vände sig till arbetsgivare och som handlade om vad man kunde göra som arbetsgivare för att underlätta för den som har smärta. Och vi jobbade integrativt så gott det gick, med qigong, hypnosgrupper och smärtskola. En del personal från den tiden jobbar fortfarande hos oss.

Redan i början av 90-talet tänkte Britt och Björn att kärnan i vården inte är själva behandlingsmetoden. Utan att helhetssynen på människan, att jobba i team med olika infallsvinklar, kunna möta patienterna och låta patienterna mötas i grupp, är viktiga för resultatet.

Det har varit en spännande utveckling från 80-talet, då ingen egentligen visste så mycket om smärta, fram till nu, när forskningen fullkomligt exploderat.

- De senaste 10 åren har det hänt otroligt mycket, som har betydelse för det kliniska arbetet, berättar Britt.

- Till exempel så vet vi nu hur hjärnan förändras negativt vid stress och hur

Björn bjöd på kaffe i väntrummet och började ordna träffar tillsammans med församlingsprästen för samtal om helande, tro och meningen med allt.

Britt jobbade på regeringskansliet och skötte mottagningens ekonomi på fritiden. Det var en rollfördelning de var vana vid. På 70-talet var båda aktiva i en stor förening. Björn planerade en kongress med extravaganta festligheter. Britt var den som höll i plånboken. Så möttes de.

– Björn springer före och flaxar och hittar på saker och jag springer efter och håller emot, säger Britt.

Ju mer involverad Britt blev i mottagningen, desto mer intresserad blev hon av patienterna.

– Jag tog en kurs i massage och insåg att jag verkligen gillade att arbeta med människor! Så jag utbildade mig till sjukgymnast.

Intresset ledde vidare till utbildning i gestaltterapi och en doktorsexamen med avhandlingen "Kroppens mening".

När Björn och Britt började arbeta tillsammans, började de också utforska olika områden.

– Vi åkte på kurser och konferenser världen över och gick i olika terapier. Vi var intresserade av tankens skapande kraft och att förstå människan.

”Jag började se all smutsen och retade upp mig något enormt”

den kan byggas upp med integrativ träning.

2015 bjöd de in en av världens främsta smärtforskare, Lorimer Moseley, till Sverige. Hans forskning om hur hjärnan processar smärta, är en av grunderna i rehabiliteringen. En annan är vetenskapen om hur hjärnan reagerar vid trauma och hur det kan påverkas med kroppsliga metoder. Britt har skrivit en självhjälpsbok om det, ”När kroppen säger ifrån”.

Men allt kunde gått helt annorlunda.

I mitten av 00-talet fick Björn cancer och lades in för operation på Danderyds sjukhus. Operationen misslyckades, trots att cancer tagits bort svävade Björn mellan liv och död.

– Jag låg där och kunde inget göra. Då började jag se all smuts på golvet. Likadant på toaletten. Fläckar av blod och avföring. De satt kvar, samma fläckar, dag efter dag, vecka efter vecka och det retade upp mig något enormt.

Björn försökte på sitt vänliga sätt påpeka det. Men personalen bara suckade. De höll med och hade själva klagat många gånger. Men inget hände. Avdelningsföreståndaren sa likadant. Björn frågade vidare, högre och högre upp inom sjukhuset. Alla slog ifrån sig.

– Det var förfärligt. Smutsen låg kvar. Tänk vilka risker man utsatte patienterna för!

Björn kontaktade patientombudsmannen, men inte heller där fick han respons. Till sist såg han ingen annan utväg än att göra en formell anmälan till Socialstyrelsen.

– Jag fick svaret att de inte kunde göra något, jag skulle vända mig till personalen på avdelningen!

Cirkeln var slut. Som en sista utväg kontaktade Björn medierna. SVT gjorde ett inslag om den dåliga hygien på



sjukhus som debatterades en tid. Frågan är om det hade någon långsiktig effekt. Men för Björns egen del, så höll han ångan uppe tills han kunde omopereras och bli fullt frisk.

Senare blev Björn tillfrågad om han ville vara ”Arga doktorn” i en TV-serie där han skulle hjälpa människor som blivit misshandlade i vårdapparaten. När man sökte fall hörde tusentals av sig.

– Tyvärr kunde vi bara välja ut sex personer, en till varje program. När man satte sig in i deras fall, var det inte svårt att se var det hade gått snett. Vården hade själva lätt kunnat ställa det tillrätta – om de bara hade velat!

Det gör Björn upprörd att tänka på de läkare han mötte.

– De såg sig som ofelbara! Visst kan man göra fel, men man måste lyssna till sina patienter och kunna erkänna att man har gjort fel.

Programmen sändes 2012 och tittare hör fortfarande av sig till Björn.

Från våren 2014, när det nya avtalet för smärtrehabilitering slog ner som en bomb i Britts och Björns liv, gick allt mycket snabbt. Britt och Björn sålde en tomt för att få startkapital. Bragée rehab har vuxit hela tiden och varken Björn eller Britt har en tanke på att dra sig tillbaka.

– Men vi håller på att gå över till ett mer övervakande ansvar, som senior advisor och verksamhetsutvecklare, säger Britt.

– Vi får ju väldigt bra resultat i alla mätningar och deltagare i vår rehab får ofta mer aktuella kunskaper om smärta än den personal de sedan möter ute i vården.

Britt och Björn har en egen

metod att bygga sitt arbetslag.

– När vi träffar någon som söker jobb hos oss, så brukar vi först och främst känna efter: känner jag mig glad och trygg med den här personen? Sedan måste förstas den formella kompetensen också finnas där.

Text: Lena Olausson

Sedan artikeln skrevs 2017 har Bragée Rehab delats upp på två enheter: smärta och utmattning. En specialistmottagning för ME har startats. Antalet anställda har mer än fördubblats och Bragée har två gånger utnämnts till ”Gasellföretag”, dvs ett av de snabbast växande. I framtidsplanerna finns nu att starta en vårdcentral, där också patienter med komplexa problem inom smärta och utmattning ska kunna känna sig välkomna och trygga och trodda.

Forskningen om hjärnan, stress, smärta och det autonoma nervsystemet har accelererat snabbare än någonsin. Britt undervisar numera på Karolinska om det, och bevakar att behandlingen på Bragée ligger i framkant av vetenskapen. Framför allt är det Lisa Feldman Barretts forskning och närliggande som införlivas i behandlingsmodellen.