

# Tryckfallssjuka – min berättelse

## Bakgrund

I min berättelse, och särskilt i de avslutande reflektionerna är jag lite kritisk till vissa saker, men låt mig för tydlighetens skull säga med en gång att jag inte försöker skylla ifrån mig. Jag är en vuxen person, certifierad dykare, och har fullt ansvar för mina egna dyk. Min kritik är istället tänkt som tankeväckare, kanske som en startpunkt för diskussioner om hur saker och ting egentligen går till i sportdykarvärlden.

Jag skriver här ganska detaljerat alla händelser och tankar *såsom jag minns dem*. I allt kaoset kan jag ha missat något, och jag har inte mycket att gå efter i efterhand annat än minnet och min dykloggbok. Jag ansvarar inte för att alla fakta jag presenterar är korrekta, jag har bara återgett vad folk har sagt till mig, *som jag minns det*.

Först lite om mig själv: Jag är 33 år gammal, av kvinnligt kön, har haft dykcert i 3,5 år, har ett PADI AOW cert och har gjort 94 dyk. De allra flesta dyken har jag gjort i tropiska vatten. Jag har dykt lite här hemma också (ca 20 dyk), men även om det finns mycket fint att titta på här också så trivs jag inte riktigt i så kalla och mörka omständigheter. Jag känner mig som ”the Marshmallow Man” när jag måste byta på mig tjock dräkt, huva och handskar, och jag får lite klaustrofobi-känslor när sikten bara är några meter. Nej, tacka vet jag dyka i en ”shorty” i härliga blå Indiska Oceanen med 28 grader celsius och 15-20 meters sikt ända ner på 30 m djup. Vilken frihetskänsla! Den typiska mesdykaren, alltså. ”Cocktaildykare” har någon kallat det.

Ingen som jag känner skulle nog vilja beskriva mig som en särskilt äventyrlig eller dumdristig person. Vissa tycker nog snarare att jag ibland är överdrivet petig och noga med att allt ska gå rätt till hela tiden, en riktig ”kontrollfreak”. En av de amerikanska besättningsmedlemmarna på dykbåten beskrev mig som en ”no-nonsense person”. Jag hade aldrig hört det uttrycket förut, men det stämmer nog ganska bra. Faktum är att överhuvud taget börja dyka var ett stort steg för mig, men nu tycker jag att det är jättekul. Jag tycker frihetskänslan och skönhetsupplevelsen är oslagbar, dock är jag inte mycket för extremdykning och att tänja på gränserna på olika sätt. Ingen skulle få ner mig i en isvak eller långt in i en trång grotta eller ner på hundra meters djup med konstiga gasblandningar... Jag är mycket nöjd med att simma runt på korallrev på 15–20 meters djup och beundra färgerna. Däremot är jag nog en ganska nyfiken person, hungrig på nya upplevelser, och jag har väldigt svårt att stå emot frestelser och vill gärna vara med när det händer något kul. (detta kommer att ha en viss betydelse i berättelsen). Jag har förutom på svenska västkusten varit och dykt i Röda Havet, på Maldiverna, på Malta (där jag tog mitt cert), i Australien, och nu sist i Truk i Mikronesien.



Artikelförfattaren under ett dyk på Maldiverna

## Dyken som ställde till det

I januari i år gick alltså drömresan till Truk Lagoon i Mikronesien, även kallat Chuuk, där kan man titta på ”the Ghost Fleet”. En stor del av den dåvarande Japanska stillahavsflottan sänktes här av amerikanska bombplan under ”Operation Hailstorm” en natt i februari 1944. Ett stort antal fartyg, flygplan och en och annan ubåt ligger här, och sportdykare från hela världen vallfärdar hit för att dyka på dessa.

- Båten

Söndagen den 9 januari går jag då ombord på Truk Aggressor, för en veckas liveboardvistelse. På en liveboard bor man ombord på en båt, man äter, dyker, umgås, slappar, solar, sover mm på/från båten. Detta är min fjärde liveboard, och jag ser fram emot det väldigt mycket. Jag tycker absolut att det är det optimala sättet att dyka på. Dyrt, men bekvämt. Man får se de bästa dykplatserna, även om de ligger långt ifrån land. Man har alltid kunniga dykledare med sig, och den bästa tänkbara ytorganisationen. Det är ett trevligt sätt att lära känna folk när man är ute och reser. Sist men inte minst, man har väldigt nära till toaletten när man kommer upp från dyken :-). (Detta kan låta trivialt men kan ha en viss betydelse som vi ska se senare i berättelsen).

Truk Aggressor II är i jämförelse med andra dykbåtar jag har varit på ganska luxuös; gott om plats och välskött utrymme. I salongen sitter ett signerat foto av David Hasselhoff från ”Baywatch”, han har tydligen åkt med denna båt en gång. Lustigt, för varje gång jag tittar på ”Baywatch” blir jag mer och mer övertygad om att ingen som var inblandad i produktionen av den TV-serien hade den minsta kunskap om eller anknytning till dykning, men det kanske inte stämmer...

Denna vecka är vi åtta dykare på denna båt, som kan ta upp till 14 gäster, så vi har det lite extra lyxigt. Eftersom jag är enda tjejen så får jag en egen hytt. Problemen börjar emellertid genast: Sex av gästerna ska komma med flyget på söndagkvällen, men på flygplatsen på Truk har ljusen på landningsbanan plötsligt slutat fungera, så deras plan får åka direkt till Guam, två timmar bort, och ett nytt flyg sätts in morgonen därpå.

Detta säger lite om var vi befinner oss; Ön Weno i Truk Lagoon är en liten fattig ö i tredje världen, med tämligen risig infrastruktur. Det finns en liten flygplats, där bara vissa typer av flygplan kan landa. Continental Airlines’ nya fräsiga jumbojetter är det ingen mening att försöka landa med här. Det går ett reguljärflyg varannan dag, i bästa fall. Arbetslösheten i Truk är stor, och turister rekommenderas att inte gå omkring själva på ön, speciellt inte kvinnliga turister, det är nämligen inte säkert. Många frustrerade arbetslösa unga män har inget bättre för sig än att trakassera turister eller göra ännu värre saker... Folk bor i ganska ruffliga hus eller plåtskjul, vägarna är knappt framkomliga, fullt med herrelösa hundar och katter strövar runt på gatorna, osv. Mikronesiska Federationen som land har nästan bara en inkomstkälla, och det är en ganska stor summa pengar som USA betalar varje år för att få ha militärbaser där. Vad som händer med Mikronesien den dag USA bestämmer sig för att dra sig tillbaka från den delen av världen är det ingen som vet. Dagen innan vi anländer till Truk Aggressor säger en av de infödda besättningsmedlemmarna, kökspojken, upp sig från sitt jobb. Han hävdar att han har sett sina förfäders andar på båten och kan därför inte jobba vidare där. Han är verkligen vettskrämd. Kaptenen försöker att övertala honom att stanna, men förgäves.

Kom ihåg denna bilden av Truk, för detta kommer att ha en viss betydelse för vad som händer sedan. Truk Aggressor är en liten ö av ”civilisation” mitt i en ganska fattig del av världen, långt bort från närmsta ”utvecklade” land.

När då slutligen de sex sista dykarna kommer med flyget på måndagsmorgonen och går ombord på båten ger vi oss iväg, något försenade, ut i lagunen. Kaptenen, som också är dykinstruktör, visar oss runt på båten och berättar om rutinerna. Vi erbjuds upp till fem dyk om dagen (fyra dagdyk plus ett nattdyk). De har en rutt som de brukar köra varje vecka, och det har visat sig funka väldigt bra. De mest populära vraken kommer vi att få dyka på i tur och ordning. Om någon har speciella önskemål, kom gärna med dem, men vi tror att ni kommer att få den bästa dykningen på det här sättet, säger han.

Detta är ett bra ställe att vidareutvecklas som dykare, får vi veta. Man kan gå olika kurser på båten, t.ex. i Nitrox och UV-fotografering. Många gör sina första riktigt djupa dyk (över 30 m) här, och många gör sina första deco-dyk här också, säger kapten. Här måste jag lägga in en reservation att jag inte minns ordagrant vad han sade, men att många gör sina första deco-dyk här minns jag helt säkert att han sade. Han säger också att Aggressor emellertid inte rekommenderar decodykning, och de rekommenderar också att vi håller oss till max 130 fot (ca 40m).

Aggressor har en "hands-off policy", berättar han. Besättningen finns till hands för att hjälpa till och att visa vägen för dem som vill, men de springer inte runt och kollar allas dykdatorer eller hur mycket luft man har kvar efter varje dyk. Man är inte heller tvingad att följa efter dykledarna under dyken. Var och en sköter sig själv. Däremot för de en gemensam journal över allas tider och maxdjup, om det skulle hända något. OK, låter juste, tycker vi. På andra båtar som jag har varit på har man varit striktare, men det här funkar väl också, vi är ju alla vuxna människor... (slitet uttryck, jag vet). Fast jag vill inte göra fem dyk om dagen, det låter väl mycket. Max fyra för min del. Tre dagdyk och ibland ett nattdyk, det har jag gjort förr. Och lite längre uppehåll en dag mitt i veckan, det blir nog bra.

Batteriet i min dykdator har tagit slut igen (det är nog något fel på den, jag bytte ju batteri förra året och har inte dykt sedan dess!), så jag blir tvungen att hyra en dator på båten. Jag hyr en Aladdin Pro Nitrox dator, inställd för vanlig luft. Enda problemet med den är att den visar djupet i fot istället för i meter, men det kan jag nog vänja mig vid. Multiplicera med tre och dela med tio så kommer jag ganska nära. #\*@#% jänkare ska ställa till det hela tiden! Vikterna till viktbältet i pund, lufttrycket i psi, flaskvolymen i kubiktum, temperaturen i Fahrenheit...

- Dyken

Hur som helst, vi stävar ut mot första dykplatsen, sätter ihop utrustningen och hoppar i. Pga förseningen med flyget hinner vi bara med tre dagdyk denna dagen, och maxdjupen ligger på mellan 96 och 79 fot (29 och 24 meter). Nattdyket är på max 80 fot (25 meter). Med denna mängd dyk per dag blir ytintervallen på mellan två och tre timmar. Totaltiden för varje dyk, inklusive uppstigning och säkerhetsstopp, ligger oftast på mellan 30 och 40 minuter. Detta är ganska tuff dykning, men jag ser till att kolla vad datorn säger, och hålla mig ordentligt borta från "no-deco limits", och jag ser till att göra ordentligt långa säkerhetsstopp på 15 fot (ca 5 m).

Dagen efter, på tisdagen, kommer vi till Fujikawa Maru, vilket allmänt anses som "The Wreck" med stort W. Där finns enormt mycket att se. Vi kommer dit till andra dyket på dagen och vi gör tre dyk där. Egentligen ville jag bara göra tre dagdyk, men det här var ju så fantastiskt, inte kan jag stanna på däck när de andra går ner för fjärde dyket, heller...? Vi tar oss t.o.m in i maskinrummet tillsammans med en av dykledarna, jätteintressant. Jag hoppar över nattdyket idag, så är det nog lugnt. Sagt och gjort. Dagens dyk har maxdjup på mellan 113 och 81 fot (34 och 25 meter). Hela tiden har vi sett till att djupaste dyket är först på dagen, sedan kommer det näst djupaste osv.

Nu är det onsdag, och nu ska vi besöka det djupaste vraket under veckan, Nippo Maru. Eftersom det blir två ganska djupa dyk till att börja med så tar vi ett längre ytintervall på eftermiddagen och gör sedan ett grundare dyk på kvällen. Bara tre dagdyk idag alltså. Dyk ett har ett maxdjup på 126 fot (38 m), vilket inträffar i början på dyket när vi simmar ner i lastrummet och tittar. Större delen av dyket sker uppe runt bryggan och liknande på runt 100 fot (30 m). En haj och ett stim med Barracudor simmar förbi och låter sig glatt fotograferas. Detta dyket ägnades åt aktern, som ligger lite djupare än fören, nästa dyk tar vi fören. Långsam uppstigning och säkerhetsstopp på vanligt sätt följer. Datorn visar 37 minuter, vilket alltså inkluderar uppstigningen och säkerhetsstoppet. Ytintervallet är 2 timmar och 45 minuter, sedan går vi ner igen.

Vi följer linan neråt till mitten av vraket. Vi börjar simma mot fören (tror vi) och när vi kommer fram tittar jag på datorn och väntar mig att se ungefär 115 fot (35 m). Istället står där 133 fot (41 m). "Holy s\*\*\*\*", tänker jag ( jag har då umgåtts med amerikaner i tre dagar och har redan börjat tänka med amerikanska svordomar...), vi simmade åt fel håll! Vi är i aktern nu också! Att simma vilse var **allvarliga misstaget nummer ett**, i kombination med att vi inte avbröt dyket och gick upp direkt när vi insåg hur fel detta dyket blev. Ett upprepat dyk som är djupare än det första, och dessutom så djupt som 41 m. Illa! Jag tecknar till min buddy att vi ska vända, och vi simmar tillbaks mot mitten av fartyget, och ägnar nu istället detta dyket också till att simma runt bryggan. Vi tittar på köket och toaletterna (detta heter något annat med sjö-terminer, jag vet!), och simmar upp och tittar på styrhytten på ca 90 fot (27 m). Där finns en av lagunens bäst bevarade rattar (heter det så på sjön?) och maskintelegrafer. Vi är helt upptagna med att titta och fotografera och undvika att röra upp bottenlammet. Då piper min dator till och säger "deco: 10 ft 3 minutes". "S\*\*\*\*" tänker jag nu (OK, så mitt ordförråd med amerikanska svordomar är inte så stort ännu...), det där var inte bra, nu måste vi verkligen börja gå upp. Att inte hålla koll på datorns time-to-deco-tid var **allvarliga misstaget nummer två**.

Vi börjar dra oss upp så sakteliga och hänger uppe i masten på någonstans mellan 50 och 60 fot (15 och 18 m), om jag minns rätt. Då får min buddy syn på en liten tank, en liten stridsvagn, på däck nedanför oss. Han sticker genast iväg ner igen och simmar runt den och tar en massa foton. Under tiden väntar jag kvar uppe i masten. Detta tar säkert 5 minuter. När han kommer tillbaks har hans dator massvis med deco-tid, förstås. Han visar mig

också att han börjar få slut på luft. Jag har hyfsat med luft kvar och tecknar till honom att ta min octopus om han behöver. Det behöver han aldrig, visar det sig. När vi väl kommer till säkerhetsstoppet finns där ett extra andrasteg som hänger ner från båten, som han kan ta. Efter några minuters uppstigning är vi uppe på 15 fot, min buddy tar extraluften, och vi börjar säkerhets/decostopet.

Efter tre minuter är min dator nöjd och släcker sin deco-tid igen. För säkerhets skull stannar jag kvar ett tag till, eftersom jag visste att dyket inte riktigt blev som planerat. Det blev djupare än det vi tänkt, och det blev djupare än förra dyket, *inte bra alls*. Efter ytterligare 3-5 minuter (jag minns inte riktigt) börjar jag gå upp. Jag har iofs lite mer luft kvar, men jag tycker att stoppet jag gjorde borde räcka. Detta var **allvarliga misstaget nummer tre**. Jag skulle ha stannat så länge min luft tillät, förmodligen ca 5 minuter till. Min buddy är kvar, han har fortfarande någonstans mellan 10 och 15 minuters deco på sin dator, så han hänger där han hänger ett tag till... Min dator visar 33 minuter efter detta dyk.

Efter att vi har gjort i ordning utrustningen och bytt om är det då dags för lunch. Mums, det är alltid gott med mat, man gör trots allt av med en massa energi när man dyker. Efter lunch har vi då det längre ytintervall, vi ska gå iland på en ö och titta på ett sönderbombat japanskt kommunikationscenter, en gammal lämning från kriget. Strax efter maten, ca en timme efter dyket, börjar jag känna mig lite konstig i magen, lätt illamående. Jag tänker genast att det säkert har med maten att göra. Även om det var gott så var maten ganska ovan för mig (typiskt anpassade till amerikanska magar...), och min mage är ganska känslig och reagerar ofta på ovanliga saker. Nåja, det går över om jag vilar lite, bra att vi har ett längre ytintervall idag.

En i besättningen kommer fram till mig och undrar om jag är OK. "Javisst, lite trött bara. Jag är lite konstig i magen, men det är nog maten. Det går över om jag vilar lite". Hon ger mig ett glas vatten och låter mig ligga och vila i samlingsrummet en stund. Då börjar jag känna lite stickningar i händerna och fötterna. Väldigt diffust. Det ska visa sig senare att hon vid det tillfället börjar hålla ögonen på mig, för hon tycker jag ser blek ut. Det vet jag dock inte ännu, det berättar hon mycket senare.

Nu ska man veta detta om mig, att min sjukdomshistoria består framför allt av långvarig svår kronisk hypokondri. Jag kan inte titta på ett TV-program om hjärntumörer utan att börja känna efter om jag inte har lite ont i huvudet och synrubbingar (eller vad nu symptomen är), om någon berättar om någon som har fått bröstcancer börjar jag genast känna efter på mig själv och hitta en massa knölar, när de säger på nyheterna att influensan är på väg börjar jag genast känna mig febrig osv. På mina dyksemestrar brukar jag regelmässigt, i tur och ordning, känna alla symptom på tryckfallssjuka som PADI-manualen tar upp...

Jag antar naturligtvis att detta är vad som händer nu också. Jag skojar med några av de andra dykarna om detta. "Jag känner mig lite konstig, tänk om det är bends", säger jag, utan att egentligen mena det. "Vilka är egentligen symptomen på bends?" frågar någon. Jag räknar upp allting med stickningar och domningar, muskelförsvagning, känselbortfall, ledsmärta... Som den exemplariske studenten så lade jag naturligtvis allt detta på minnet när jag gick grundkursen. För säkerhets skull har jag också alltid mina läroböcker med mig på mina resor för att kunna slå upp det.

Nu är det dags för landturen, och utan att känna mig helt tip-top följer jag med, mest för att få någonting annat att tänka på. Oron börjar gnaga i mig. Det där sista dyket blev inte riktigt som vi planerade, tänk om... Vi går runt och tittar på den bombade betongbunkern. Alla grabbarna är helt fascinerade, jag tycker väl att det är intressant, men är inte lika uppslukad av det kanske. Jag glömmer emellertid bort alla symptom och känner mig ganska normal igen.

Nu är det då dags, efter 3,5 timmars ytintervall, för dagens tredje dyk, som ska göras på "Betty Bomber", ett flygplan som ligger på ca 65 fot (20 m). Då är frågan, ska jag följa med? Om det verkligen är tryckfallssjuka ska jag ju absolut inte dyka mer, men det är nog bara inbildning, eller hur? Javisst, jag behöver bara få något annat att tänka på, jag följer med. Tänk vad spännande med ett flygplan, som omväxling mot alla båtar.

Vi gör dyket, och det är jätteintressant. Motorerna ligger 20 m bort, snett framför flygplanskroppen. Vi simmar in och ut ur det lilla vraket och skrämmer vettet ur de fiskar som simmar omkring där. Vi tar en massa roliga foton. Efter 20 minuter tecknar jag till min buddy att jag börjar gå upp (jag hade sagt till honom innan att jag skulle göra ett kort dyk), och jag simmar upp själv, tillsammans med en av dykledarna. Jag hänger väldigt länge på 15 fot (5 m), säkert i 10-12 minuter, allt för att vara extra försiktig pga att dyk två blev lite dumt. Totaltiden för dyket inklusive detta stopp blev 37 minuter. Att över huvud taget göra detta dyk visade sig i efterhand vara **allvarliga misstaget nummer fyra**. Emellertid kan man också säga att detta dyk fick mig att inse snabbare att något verkligen var fel, det återkommer jag till senare.

En parentes: Vädret har varit fint hela dagen, det har varken varit vågor eller strömmar att tala om, och tack vare att vi är på en båt så behöver vi inte göra några ytsim direkt. Jag har inte varit speciellt stressad eller andfådd under något av dyken.



*Artikelförfattaren halvvägs inne i "Betty Bomber"*

## Hur jag insåg att något var fel

Så kommer vi upp på båten igen. Jag mår prima, vilket jag tar som ett tecken på att allt bara var inbildning från början till slut. Jag pratar glatt med de andra om dyket, gör i ordning utrustningen och går och duschar. Det dröjer lite innan det är middag, så vi sätter på en videofilm i samlingsrummet. Det är inte jag som väljer film, och det är egentligen inte en film som tilltalar mig särskilt mycket. Den är väldigt brutal, blodet sprutar åt alla håll, folk skjuter ner varandra på löpande band... I normala fall brukar jag inte vara så känslig för sådana här saker, men nu mår jag lite illa av att se det (jag trodde i alla fall att det var därför jag mådde illa...). Jag kunde ha gått därifrån såklart, men jag är för lat för det just nu... Hur det nu är blir jag helt uppslukad av filmen, och efter ett tag tittar jag upp och inser att alla har gått därifrån och satt sig och börjat äta middag, jag hade inte märkt någonting. Detta är inte normalt för mig, jag brukar vara ganska uppmärksam på vad som händer runt omkring mig, även om jag ibland väljer att inte låtsas om det.... Nu är det ca en timme sedan vi kom upp från sista dyket.

Jag reser mig och ska gå och äta också, och känner mig plötsligt väldigt yr i huvudet. Det händer ibland att jag får blodtrycksfall när jag reser mig, men det brukar gå över väldigt snabbt. Så inte denna gången. Jag känner mig väldigt konstig. Yr, men inte så att jag håller på att ramla omkull, snarare som om jag befinner mig i en glasbur och betraktar världen utifrån, utan att själv vara delaktig i den. Jag sätter mig vid middagsbordet, jag hör att de andra pratar och skrattar, men jag kan egentligen inte riktigt ta in vad de pratar om. Jag sitter helt tyst hela middagen och lägger hela min koncentration på att ta mat och lägga på tallriken, skära den i bitar och sedan stoppa den i munnen. Detta känns plötsligt oöverstigligt svårt, som om jag gör det för första gången i mitt liv och är tvungen att tänka efter väldigt noga hur jag ska göra varje moment.

Hur som helst så tar jag mig igenom middagen på något sätt. Stickningarna och domningarna i händerna och fötterna har börjat smyga sig på igen, och nu känns de väldigt tydligt. Jag känner att något definitivt är fel, och bestämmer mig för att gå upp på däck för att få lite frisk luft. Jag är väldigt noga med att inte gå ner och lägga mig i hytten. Vid det här laget känner jag mig så yr att jag tror jag ska svimma, och om jag skulle göra det så vill jag att någon ska hitta mig direkt. Jag bor ju ensam, i en egen hytt, och om någonting händer där kommer ingen hitta mig förrän i morgon bitti, och då kan det vara för sent. Jag börjar nu lägga ihop två och två. Det faktum att symptomen kom ca en timme efter *båda* de senaste dyken är definitivt ett tecken på att det är tryckfallssjuka. Jag blev "rekomprimerad" under tredje dyket, men efteråt kom bubblorna tillbaks igen.

Jag går upp på däck och ställer mig vid relingen, nästan beredd på att jag måste spy. Några ur besättningen sitter där, och de frågar mig om jag är OK. Nu kan jag inte längre säga att det inte är någon fara med mig. Jag säger att jag känner mig konstig. De säger att jag kanske borde gå och sätta mig, och de hämtar vatten till mig att dricka. Jag sätter mig i en av däckstolarna i den mörka varma mikronesiska natten, det är bortåt 30 grader celsius i luften, och jag börjar huttra okontrollerat, som om jag frös. Jag börjar slutligen inse vad som faktiskt har hänt, och tårarna börjar strömma ner för kinderna; jag är skiträdd helt enkelt.

## Första hjälpen

Besättningsmedlemmen, som också är dykledare, kommer tillbaka med vattnet och ser hur jag mår. Han sätter sig bredvid mig och börjar genast prata med mig, och jag säger som det är, jag är rädd. "För att du tror att du kanske har bends". "Ja" får jag fram med en svag och ynkelig röst. "OK, let's talk about this", säger han. "Let's talk about the diving we did today. We didn't do anything out of the ordinary, did we?" "No", säger jag. Jag gjorde ju inget värre än vad någon annan gjorde, eller vad folk på den båten brukar göra, för den delen. "No fast ascents?" Nej, det gjorde jag ju inga.

- Det finns en massa andra saker som det här kan vara, förutom tryckfallssjuka. Vi avfärdar däremot inte att det kan vara det. Jag gör först en liten undersökning på dig, och sedan pratar jag med kapten. OK?
- OK, piper jag fram.
- Har du druckit ordentligt?
- uuhh..., kanske inte riktigt... kanske en liter idag?
- Inte tillräckligt, alltså. Kan du hämta mera vatten? frågar han den andra besättningsmedlemmen. Hon går och hämtar mera vatten till mig.
- Kan det vara sjösjuka?
- Nej, det är det inte. Jag blir ofta sjösjuk, och det känns inte så här. Dessutom är sjön spegelblank.
- Har du suttit och solat mycket idag, kan det vara värmeslag?
- Nej, det har jag också haft, det känns inte heller så här. Då hade jag definitivt inte kunnat stå upprätt.

På något sätt som jag fortfarande inte riktigt förstår så har jag vid det här laget blivit helt lugn. Det faktum att jag blir tagen på allvar och att han talar så lugnt och sakligt med mig har en väldigt lugnande effekt på mig. Det här löser vi tillsammans, vad det än är.

Sedan går vi in i kaptenens hytt och han gör en neurologisk undersökning på mig. "titta på mitt finger och följ den med blicken", "gå balansgång på den här linjen", "grip om mina fingrar och krama dem så hårt du kan", osv. Detta gjorde han för att kolla att jag inte hade några skador på några nerver, sensoriska eller motoriska. På de säkert minst 10 gånger under den följande veckan som jag kommer att göra denna undersökning kommer jag lyckligtvis att få godkänt varje gång; inga märkbara skador, alltså, tack och lov. Stickningarna och domningarna är nu väldigt tydliga, däremot, och nu har de börjat i ansiktet också.

Han går nu iväg och hämtar min varma tröja och sedan hämtar han kaptenen. Kaptenen, som alltså också är dykinstruktör, kommer och sätter sig bredvid mig. Han, till skillnad från sin besättningsmedlem, tvekar inte en sekund när han hör hur jag mår. "Hämta syrgasen" säger han direkt till besättningsmedlemmen. "Nu ska vi se till att få iväg dig till tryckkammaren på Guam", säger han till mig. "Det är två timmars flygresa. Ljusen på landningsbanan är fortfarande trasiga, så i vilket fall som helst så går det inte att komma iväg förrän i morgon. Du får stanna på båten i natt, någon kommer att vara med dig hela tiden och observera dig. Det kan ju hända att det inte är något, i så fall tar du bara första flyget tillbaka och har bara missat max en eller en halv dags dykning." Sedan rusar han iväg och hämtar båtens Iridiumtelefon och börjar ringa runt halva världen, verkar det som: En dykläkare hos DAN (Divers Alert Network), läkaren hos den lokala amerikanska militärbasen (även kallad "the CAT-team"), personalen vid tryckkammaren på Guam, flygbolaget Continental som flyger reguljärflygen till Guam (de har monopol på den sträckan, tyvärr), mitt försäkringsbolag osv.

Klockan är nu omkring åtta på kvällen. Jag får syrgastuben, och från och med nu i drygt ett dygn framöver andas jag ren syrgas största delen av tiden. Först 25 minuter syrgas, sedan gör jag 5 minuters paus för att jag inte ska få ont i luftvägarna eller lungorna. Då passar jag också på att dricka så mycket jag hinner. Så fort jag börjar med syrgasen lättar symptomen märkbart. De försvinner inte helt, men de är nu väldigt svaga. När jag tar paus från syrgasen kommer de tillbaka igen ganska snabbt. Så håller det på.

Jag hade tvekat i det längsta under dagen att berätta för någon hur jag mår, eftersom jag visste att i samma stund som jag sade något skulle hela cirkusen sätta igång. Nu är hela cirkusen slutligen igång, och det finns inget jag kan göra för att stoppa den. Från och med nu sker allting utanför min kontroll, nu är det upp till besättningen vad som händer. Jag känner mig nu efter omständigheterna väldigt trygg, och med min begränsade kunskap inom området tycker jag att de verkar vara väldigt kompetenta. De vet hur man ger första hjälpen, och de har en väldigt klar bild av vad som ska göras för att få iväg mig till tryckkammaren.

Jag gör nu ett medvetet beslut att förtränga alla känslor och koncentrera mig på att göra som jag blir tillsagd. Jag tror att i detta läget ger det mig de bästa oddsen. Från och med nu sitter jag helt kolugn och observerar, så gott jag kan, den febrila aktivitet som pågår runt mig. Ja, jag känner mig som en fullständig idiot på flera sätt, men jag förtränger den känslan så gott det går. Jag kommer att få gott om tid att känna mig som en idiot senare, just

nu måste vi koncentrera oss på att få iväg mig till tryckkammaren. Mitt jobb är att sitta här och andas syrgas och dricka vatten. Nu ska jag göra ett så bra jobb jag kan. Om någon frågar mig hur jag mår ska jag svara så detaljerat som jag kan. Jag måste jobba bort det reflexmässiga svaret "I'm fine thanks", som jag är så van vid att alltid svara när någon frågar...

## Räddningsoperationen

Att få iväg mig till tryckkammaren visade sig emellertid vara lättare sagt än gjort. Nu vill jag att ni försöker minnas vad vi sade om landet där vi befinner oss. Inte precis det mest optimala stället att befinna sig om det är bråttom. Det finns en tryckkammare på Truk, som amerikanska flottan har skänkt till invändarna för några år sedan. Emellertid är det ingen som klarar av att sköta den, så den har stått och rostat sönder sedan dess. Det kanske är tur det för mig, för nu ska jag istället iväg till Guam, en liten ö som är ett amerikanskt territorium och räknas som en del av USA.

Guam består till ungefär lika delar av en amerikansk flottbas, en amerikansk flygvapenbas, och ett turistdistrikt. Till turistdistriktet kommer det massvis med japanska turister och handlar i löjligt dyra taxfree-butiker, och där arbetar de infödda Chamorros, plus ett stort antal invandrade sydostasiater i butiker, hotell och restauranger. På den amerikanska flottbasen befinner sig några av världens främsta och mest erfarna experter inom hyperbarmedicin och tryckkammarbehandling. Om vi nu bara lyckas transportera dit mig så är jag sedan i mycket goda händer. Man kan tycka vad man vill om att USA har militärbaser överallt i världen, men i detta fallet måste jag trots allt erkänna att det är detta faktum som blir min räddning.

- Mitt i natten

Vi är dock inte riktigt där ännu. Det är fortfarande mitt i natten i Truk, och kapten är på telefon med SOS International, som hanterar nödsituationer utomlands för ett antal försäkringsbolag, bl.a. mitt. Medan han försöker komma fram hinner jag tänka ett antal gånger: "Hur var det nu, jag har väl inte glömt betala premien? När betalade jag senast? Kollade jag verkligen att reseförsäkringen täcker dykning? Tänk om den inte gör det! Tänk om de har ändrat villkoren sedan förra året, kollade jag verkligen denna gången...?" Mina farhågor kommer emellertid på skam. Allt är i sin ordning. Han måste emellertid jobba lite grann för att få dem att förstå vad som har hänt.

"No, ma'm", säger kaptenen. "Det finns ingen läkare här i närheten som kan titta på henne först (Vit lögn. Det finns ingen *dykläkare* i närheten.). Det finns ett sjukhus, men dit vill vi inte skicka henne, hon har det definitivt bättre på båten. De hygieniska omständigheterna är inte de allra bästa där" (lätt understatement, sade han senare. "Sjukhuset" är tydligen ett riktigt ruskigt ställe. Inte för att läkarna där inte är kompetenta, men de har inga resurser, ingen utrustning, inga vettiga lokaler...). "Vi har beskrivit symptomen på telefon för flera olika dykläkare och de säger alla sak – få henne till tryckkammare så snabbt ni kan". "Nej, vi kan inte köra henne dit med båten, det skulle ta flera dagar, och jag har dessutom andra gäster som vill fortsätta sin dyksemester hela veckan...". Efter nära två timmars övertalning och fem telefonsamtal, och efter mycket användande av sin "captain's authority", lyckas han till slut övertyga försäkringsbolaget om situationens allvar, och de kopplar in sin läkare. Läkaren säger omedelbart "go!" och vi har äntligen fått klartecken till att de betalar alla kostnader.

Då var det problemet löst. Återstår ett par till. För det första bör jag träffa en läkare så snart som möjligt, som tar en titt på mig. Sedan, och detta är något knivigare, ska vi få iväg mig med ett plan till Guam så snabbt det bara går. Vad gäller tryckfallssjuka så är det en faktor som är viktigare än någon annan, och det är tiden från sista dyket tills patienten kommer till en tryckkammare. De små bubblorna sätter sig och trycker på nerver, och ju längre de får sitta där ostörda, desto större är risken att de ställer till med en permanent skada på nerven. Även patienter med mycket svåra symptom, typ förlamning och andningssvårigheter, har goda chanser att bli helt återställda bara de kommer in i tryckkammare snabbt.

Situationen är nu den att det i alla fall inte går att landa med något plan medan det är mörkt. Nästa reguljärflyg går i morgon vid halv fem på eftermiddagen, om vi inte lyckas fixa något tidigare så åker jag med det. Jag kommer att få en tjej ur besättningen med mig på resan till Guam, detta är ett krav från flygbolagets sida. Dessutom tycker kaptenen det är bra för mig att ha med mig någon att prata med, "a friendly face", när jag åker, och det har han ju absolut rätt i. Den bästa läkaren i närheten är den amerikanske militärläkaren som tillhör the CAT-team (Civil Actions Team), men det finns inget formellt samarbete mellan dem och Aggressor. De brukar hoppa in och hjälpa till när det behövs, men egentligen har de ingen formell skyldighet att göra det. Kaptenen tvekar därför att ringa dem klockan tolv på natten för att be läkaren att komma. Istället ska han ringa dem i morgon bitti.

Jag placeras nu i samlingsrummet där det finns madrasser utlagda på golvet, och besättningen turas om att sitta på soffan och övervaka mig hela natten. Resten av dykarna schasas ut därifrån för att jag ska få lugn och ro. Mina symptom är ganska milda, men alla symptom på tryckfallssjuka ska tas på allvar; har man otur kan man drabbas av andningsstillstånd och en massa annat otrevligt. Därför får jag inte lämnas ensam. Jag slänger in en film i videobandsspelaren och fortsätter att andas syrgas, dricka vatten och gå på toaletten, vilket är i stort sett

samma sak som jag har ägnat kvällen åt hittills. Till slut, vid tvåtiden ungefär, lägger jag mig och sover, och sover sedan i ca tre timmar (utan syrgas). Såvitt jag vet är detta tre timmar mer än vad åtminstone tre av besättningsmedlemmarna sover den natten...

- Nästa dag

Torsdag morgon. Båten tuffar in till land. Det dyker upp en massa människor på båten. Detta är det berömda CAT-team. Läkaren kommer fram till mig och pratar lite. Han verkar nöjd med hur jag ser ut. Han hade hört mina symptom på telefon, men vill se mig med egna ögon innan han gör en bedömning av läget. Jag nämner för honom att jag brukar ha låga blodvärden och dåligt med hemoglobin, och han verkar väldigt bekymrad över det. Jag har också någon dag tidigare tagit medicin som ska reducera mensblödningarna, men tyvärr har jag inte med originalförpackningen, så doktorn kan inte avgöra om den medicinen kan ha bidragit till tryckfallssjukan på något sätt. Detta är jag helt oförberedd på; ingen har någonsin sagt till mig att det här sakerna kan öka risken för tryckfallssjuka. Jag känner mig lite frustrerad över detta, någon nämner också att kvinnor löper större risk än män att drabbas. Och det säger de nu!

Jag plockar ihop mina grejor snabbt. Jag slipper bära väskan, dock, för jag får inte anstränga mig. Jag möter några av de andra dykarna. Jag börjar be om ursäkt för att de missar ett dyk för min skull, men de viftar bort det och säger att jag borde bekymra mig för min egen hälsa istället. Det kunde ha hänt vem som helst av oss, säger de. Jag tror aldrig att jag har sett så många så bekymrade ansikten på en gång. Riktigt genuint oroliga. Det är en syn som förföljer mig i flera dagar framöver. Jag försöker lätta upp stämningen lite och prata och skoja med dem. "Nu får jag nog flyga Business Class till Guam!" osv, men skämten går inte alls hem. Jag möts bara av gravallvarliga blickar. De undrar hur jag mår. Jag säger att efter omständigheterna så mår jag hyfsat. Jag vet inte om de tror mig, men det stämmer faktiskt.

Aggressors Van körs fram, och jag körs till hotellet. På Truk finns det egentligen bara ett hotell som man egentligen vill bo på, och det heter Blue Lagoon Resort. Jag bodde där två nätter innan Aggressor-turen började. I receptionen träffar vi på hotelldirektören, som är en både trevlig och driftig amerikansk man som har byggt upp detta hotell med i stort sett sina bara händer under de senaste åren. Han jobbar inte med dykning, dock, hotellets dykshop drivs av några andra personer. När han hör talas om hur det är fatt med mig säger han genast att det där kan vi väl fixa här. "Vi kan gå bort till dykshopen och fixa fram ett par flaskor luft, sedan kan vi väl ta med henne ner i vattnet igen och rekomprimera henne på det viset. Inga problem, det fixar vi". Detta säger han på fullt allvar. Om inte besättningsmedlemmen som följde med mig hade avböjt erbjudandet vänligt men bestämt hade han säkert gjort det, är vi ganska säkra på. (Alla certifierade dykare vet att man absolut inte ska försöka behandla tryckfallssjuka själv på det sättet. Det kan vara förenat med livsfara!). Fast säker kan man ju inte vara, folk har ju olika slags humor...

Vi hyr ett rum för dagen, och sedan börjar mitt utsedda resällskap att ringa runt. Det är mycket som ska ordnas. För att få komma med på flyget måste jag ha ett intyg om "fitness for travel", utskrivet av en läkare. En nyckelperson på denna ö är en annan amerikansk man, jag tror han är missionär eller präst eller någonting, han har hjälpt till att evakuera svårt sjuka turister och infödingar många gånger från ön. Turligt nog för mig så är han här på ön idag, och han fixar genast fram en läkare från det lokala sjukhuset, han ska titta på mig och skriva intyget. De ska dyka upp om några timmar.

De kommer till slut, läkaren undersöker mig, ställer samma frågor som alla andra, och skriver till slut ut ett intyg. Innan de går ger mig den amerikanske mannen några broschyrer som handlar om hur mycket Jesus älskar alla människor och särskilt mig. Han håller en bön för mig och ber Gud om att jag snart ska bli botad från min sjukdom. Jag är inte så religiös av mig, i vanliga fall brukar jag tycka det är ganska jobbigt när folk prackar på mig broschyrer av detta slag, om än aldrig så välmenande, men på något underligt sätt känns detta ändå väldigt bra. Jag känner tydligt att så många människor är involverade i denna räddningsaktion för min skull. Mitt i all kaos och elände känns det på något sätt som att jag får en ny tro på människors godhet. Folk ställer faktiskt upp för varandra när det gäller.

Nästa steg är då flygbolaget. Continental Air Micronesia. Ingen verkar veta om flyget i eftermiddag verkligen ska gå som planerat, eller senare, eller kanske tidigare. Kanske går det inte alls. Tursamma omständigheten nummer två är att två representanter från flygbolaget just nu råkar befinna sig på Truk, på samma hotell som vi, så de kontaktas genast och kommer över till vårt rum. Några specialarrangemang är nödvändiga. Eftersom det skulle vara farligt för mig med snabba tryckfall, så måste planet flyga på låg höjd (ca 2000 m i stället för 10 000), med extra tryck i kabinen, så att trycket motsvarar flygning på 300 m höjd. Jag måste också få fortsätta med syrgas även på planet.

De två representanterna från flygbolaget kommer in på vårt rum, och diskussionerna börjar. Vår missionärsvän kommer tillbaka, och de tre personerna har tillsammans med besättningsmedlemmen från Aggressor livliga diskussioner om huruvida det över huvud taget är tekniskt möjligt att höja trycket i kabinen på Continentals plan så mycket som behövs. Flygbolags-representanterna säger också att jag inte får ta med mig syrgastuberna ombord, för de är inte godkända för bruk i flygplanskabiner. OK, det verkar rimligt. Det visar sig också att det inte finns några syrgastuber bland standardutrustningen på planen, de lastas bara ombord om man får besked att det behövs innan planet lyfter från ursprungsdestinationen. Detta plan lämnar Honolulu ca 12 timmar innan det kommer till Truk. Det är alltså redan på väg (fast ingen egentligen vet om flighten verkligen går idag, alltså huruvida det verkligen är på väg...?) De lastar definitivt inte ombord någon syrgas förrän de har mitt "fitness for travel certificate", vilket jag fick för ca en timme sedan. Jahapp. Det finns visserligen nöd-syre ombord, men det får man bara använda om det *uppstår* en nödsituation *på planet*, inte om man vet *i förväg* att någon behöver syrgas. Hepp. Jag tror visst vi har skapat vårt eget lilla moment 22 här. Känns tryggt.

Nu börjar vi undersöka andra alternativ. The CAT-team har några flygplan som tidigare har använts för sådana här ändamål. De måste emellertid ha tillstånd av amerikanska ambassadören i Mikronesien för att få använda dem. Då ringer vi henne då. Ett annat alternativ som ibland används är att beställa hit ett jetplan från Australien, det kan man beställa från något bolag som ofta är inblandade i att transportera dykare till tryckkammare.

Fram tills nu har jag suttit och slötittat på kabel-TVn på rummet. De visar någon halvdålig film med usla skådisar och en halvintressant handling. Nu börjar jag tappa intresset för den, för det börjar kännas som om verkligheten runt omkring mig börjar utveckla sig till en intressantare film. Handlingen är nog så spännande, och skådisarna är *väldigt* verklighetstroga... Detta är nog den mest surrealistiska känsla jag någonsin har känt. Amerikanska ambassadören?? Jetplan från Australien?? Bara för att jag sitter här och håller en syrgasmask framför ansiktet? Jag mår inte ens speciellt dåligt. Lite hungrig kanske. Annars är det väl inget fel på mig, eller...?

Jag känner mig faktiskt inte så dålig. Jag känner stickningarna, men de är ganska milda medan jag andas syrgas. Något konstigt är det emellertid. Plötsligt medan jag sitter och tittar på TV så blir jag varse att väggarna börjar luta åt alla möjliga håll. Jag tittar upp på väggarna, och då står de rakt upp igen. Jag tittar på TVn, väggarna lutar, jag tittar på väggarna, de står rakt upp...

Diskussionen går vidare. Fyra personer sitter två meter ifrån mig och diskuterar vilt med stora gester hur man ska göra med mig, utan att så mycket som se åt mitt håll eller ens låtsas om att jag är där. Som om jag vore en resväska med känsligt innehåll som snabbt måste transporteras någonstans.

Besättningsmedlemmen som ska resa med mig ringer till amerikanska ambassadören. Ambassadören är tydligen ny på sin post. För att statuera exempel har hon från och med denna veckan omprövat policyn med att använda militärplan för civila ändamål. "Det förstår ni väl, det kan vi inte göra hur som helst. Vi är väl ingen taxirörelse heller. Ni på Aggressor borde ha en utarbetad policy för hur ni gör i sådana här fall." "Jag hör vad ni säger, ma'm, men nu har vi en nödsituation här. Ni har inte informerat oss om denna nya policy, hur skulle vi då kunna anpassa oss efter den?" så där går diskussionen några varv, men ambassadören ger sig inte. Varför skulle de anstränga sig för att rädda en civil sportdykare, som inte ens är amerikansk medborgare? Till slut lovar hon att skaffa fram telefonnummer till de i Australien som fixar fram jetplan för sådana här ändamål. Mitt resesällskap slänger på luren, märkbart frustrerad.

Nu jobbar vi på flera fronter. Läkaren vid tryckkammaren i Guam kontaktas, så att han kan trycka på från sitt håll att han vill ha dit sin patient så fort som möjligt. Missionärsvännen lånar mitt kreditkort och åker till flygplatsen för att fixa plats för mig och mitt sällskap på flighten som *förmodligen* går om några timmar. Ambassadören ringer tillbaks, och med ett lite trevligare tonläge ger hon oss några telefonnummer till Australien.

Besättningsmedlemmen försvinner ut ett kort tag för att fylla på syrgas och för att fixa något i receptionen. När hon kommer tillbaks säger hon "Nu är allt fixat, vi åker kl 16.30!". Då visar det sig att det visst gick att höja kabintrycket på planet, det var bara det att då går det åt mer bränsle, en pengafråga alltså. Läkaren vid tryckkammaren har förmodligen haft en del med det att göra. Vi tror att han har sagt ifrån på skarpen till flygbolaget att nu är det allvar. Han har dessutom sagt att det är bättre att jag åker idag utan syrgas än att jag väntar tills i morgon och har syrgas hela tiden. Dessutom har tydligen någon äntligen lyckats bekräfta att flighten verkligen går.

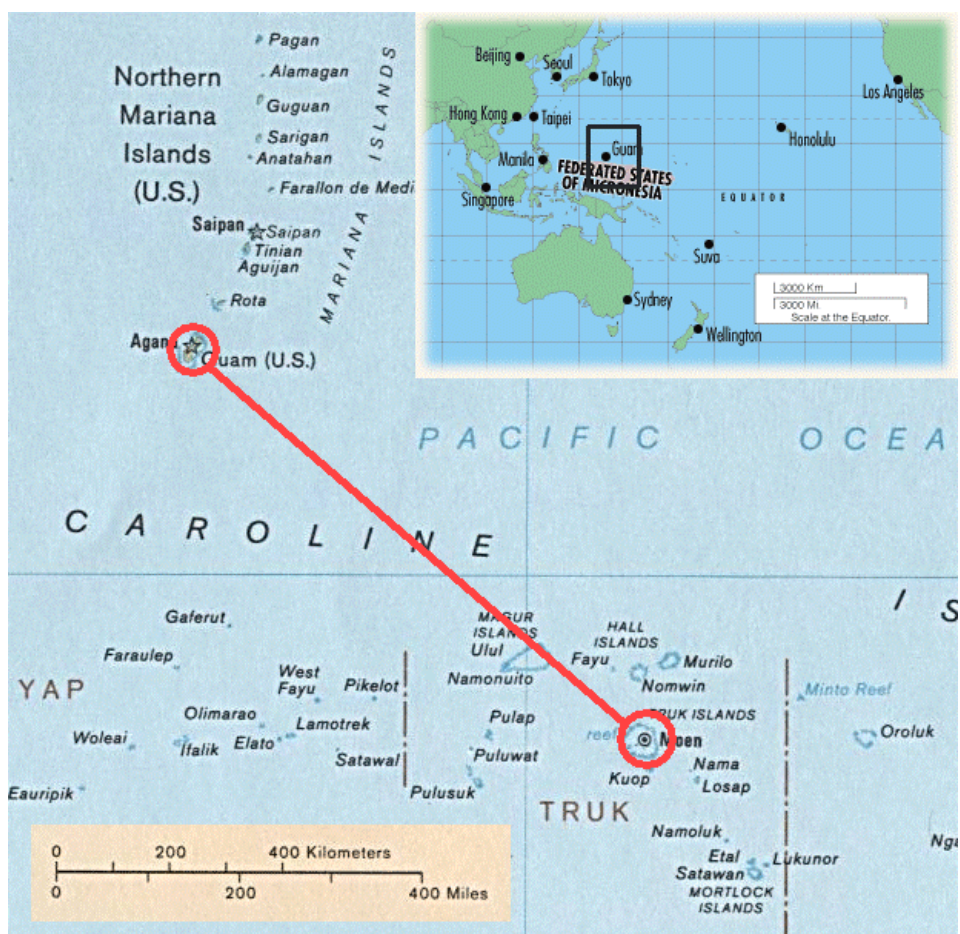
Senare får jag veta exakt hur det har gått till. Besättningsmedlemmen ringde till kaptenen, som i sin tur ringde till the CAT team, som i sin tur ringde till kustbevakningen på Guam, som i sin tur ringde till Continental, och plötsligt är det möjligt att trycksätta kabinen...

Så småningom samlar vi alltså ihop oss, the CAT-team dyker upp igen, liksom kaptenen från båten. Han har varit ute i lagunen och dykt med de andra dykarna under dagen, och kommer nu tillbaka och hjälper till med att få iväg mig på flyget. Vi åker Vanen på de skumpiga vägarna till flygplatsen, och när vi kommer fram lotsas jag in i VIP-loungen. Här får jag sitta och andas syrgas till det är dags att gå ombord, allt för att uppehållet ska bli så kort som möjligt. Bland andra personer i VIP-loungen finns Truks guvernör, som också har hört talas om mig. Det visar sig att jag har blivit någon slags lokal kändis här nere. Han kommer fram och skakar hand och tycker att det är så trevligt att jag har kommit och hälsat på på deras vackra ö. Som tur är har jag syrgasmasken framför ansiktet och kan inte prata just nu, så jag slipper fundra ut något vettigt att svara på det. Jag bara ler och nickar.

Äntligen kommer då planet in, och vi får gå ombord. Nu börjar det kännas som om närmaste framtiden är lite mer förutsägbar. Snart kommer jag till "civilisationen" och till tryckkammaren. Planet lyfter, och jag känner inget av tryckfallet vid starten. Vi flyger strax ovanför molnen, vilket känns lite ovanligt. Jag undrar just om de övriga 100-200 passagerarna har en aning om varför vi gör det. Om de vet det, vet de då att det är just jag som är sjuk? Det syns inte på mig, jag går ombord själv, och jag sitter i en stol som alla andra. Den enda skillnaden är att jag inte bär mitt eget handbagage. Jag får ju absolut inte anstränga mig i onödan.

Jag har med mig en vattenflaska och sitter och pimplar i mig vatten under hela flygningen. Jag går på toaletten, och för första gången har jag lite problem där. Då blir jag orolig. Detta är något som alla läkarna har frågat mig om, med olika delikata engelska omskrivningar som jag inte alltid har förstått: har du några problem när du går på toaletten? Det är nämligen inte ovanligt vid tryckfallssjuka att nerverna som kontrollerar blåsan påverkas.

Till slut landar vi då äntligen i Guam. Jag har fyllt i en visa waiver för att slippa ansöka om inresevisum till USA, jag har där garanterat att jag inte tänker smuggla in knark eller utföra några terroristhandlingar medan jag är på amerikanskt territorium osv. I gången alldeles utanför flygplansdörren möts vi av pass- och tullkontrollanter som kollar mina papper snabbt, och sedan går jag ner en baktrappa där ambulansen väntar. Jag får kliva in där bak och sätta mig på baren.



Den röda linjen visar resvägen från Truk till Guam. Lilla kartan visar ungefär var i världen vi befinner oss...

## Tryckkamarbehandlingarna

Med i ambulansen är en läkare och en manlig sköterska. Läkaren sätter sig bredvid mig och säger på svenska "Hur står det till?". Jag förstår först inte vad han säger, för jag hade ju inte väntat mig att blir tilltalad på svenska precis... Det visar sig att han har bott i Jönköping i några månader för många år sedan. Han har till och med varit förlovad med en svensk tjej. "Don't worry, I won't hold that against you", säger han.

Vi gör om samma historia med neurologisk undersökning och beskrivning av symptomen. De kollar mina "vital signs" (blodtryck, puls och sådana saker). Jag får syrgasmask igen, och sedan får jag lägga mig ner och bli fastspänd innan det bär av genom gatorna på Guam, iväg till flottbasen.

Till slut kommer vi fram. Jag har ingen aning om hur lång tid det har tagit eller hur långt vi har åkt. Jag har en känsla av att det gick ganska fort, dock. Det var nog bra att jag var fastspänd... De öppnar bakdörrarna och rullar ut mig på båren och in på tryckkammaren. Där väntar ett stort antal människor. Jag är fortfarande inte säker på hur många de egentligen var, kanske en 7-8 stycken, men just nu verkar de vara ett oändligt stort antal. Jag rullas in på båren och spänns loss. Jag reser mig för att gå av, några rusar fram mot mig, men ambulanspersonalen ropar: "She can walk!". Ja, det kan jag ju tack och lov. Det kunde ju faktiskt ha hänt att jag inte hade kunnat det, hemska tanke.

Vi går in i undersökningsrummet. Där väntar, förutom läkaren som var med i ambulansen, även en Master Diver (som jag fattade det är han chef över dykarna på flottbasen) och ett antal yngre grabbar, som jag uppfattade som militära yrkesdykare. Det är de som ska utföra själva tryckkamarbehandling. De ber om ursäkt för att de inte har någon kvinnlig personal. Jag tror att de är mer besvärade av detta faktum än vad jag är. Det är en lättnad för alla att den kvinnliga besättningsmedlemmen är med mig. Hon är dessutom en rutinerad dykledare och utbildad i syrgasadministration för dykare, så hon är hyfsat insatt i ämnet.

Vi gör om den neurologiska undersökningen och symptombeskrivningen. Jag får balansera på linjer på golvet, hålla emot när de trycker ner mina ben medan jag sitter och en massa andra saker. De kollar mina reflexer. De tar sedan fram en grej som ser ut som en sådan sporre som man har när man ritar sömnmönster, och börjar köra med den kors och tvärs över mig, för att kolla min känsel. Jag får säga om det känns likadant hela tiden. De kollar först armar och ben, sedan ska de kolla på ryggen och magen. Jag är på väg att ta av mig min T-shirt, men de säger snabbt åt mig att behålla den på, och de kör med sporren utanpå tröjan istället. Här är det nog viktigare att undvika att bli stämd för sexuella trakasserier än att undersökningen görs så noggrannt som möjligt. Nåja...

Sedan berättar de om tryckkamarbehandling. Det är förknippat med risker. Pga att man andas syrgas under tryck kan man få kramper (det händer nästan aldrig). Det är samma risker som vid normal dykning, dvs dykarsjuka, kvävenarkos, mm. Om man har otur kan man helt enkelt dö (det har heller aldrig hänt). Jag får skriva på ett papper att jag är medveten om riskerna, sedan får jag en tröja och ett par shorts i bomull. Jag får gå och ta av allt annat och ta på dem. Om man har syntetkläder på sig kan det hända att de börjar fatta eld spontant när det är högt tryck och hög syrehalt. Oj då, där ser man. Kläderna kan börja brinna.

### - Behandling nr 1

Till slut travar vi bort till själva tryckkammaren. Tryckkammaren är en cylinder, uppskattningsvis 3 meter i diameter och 7-8 meter lång. Det är nu ungefär ett dygn sedan kaptenen på båten började sätta mig på syrgas, och ca 27 timmar sedan jag kom upp från sista dyket. Jag kliver in igenom dörren, och med mig in i kammaren följer en av grabbarna. Det måste alltid vara någon med patienten på insidan, pga risken för kramper bl.a. Om jag skulle få kramper måste han ta bort syrgasen från mig, då går de över. Jag lägger mig på en brits, en tung grön militär syrgasmask spänns fast över mitt ansikte, och vi börjar "dyka". Vi ska köra "Navy table 6", den vanligaste behandlingsproceduren om jag har förstått det hela rätt. Först ökas trycket i kammaren till vad som motsvarar 60 fots djup i vatten, sedan minskas det till motsvarande 30 fot. Precis som vid ett vanligt dyk måste man tryckutjämna öronen hela tiden medan man går ner, men det har jag lyckligtvis aldrig haft några problem med. Till slut är vi då nere på 60 fot (18 m). Där ska jag ligga i ca 3 timmar. Vi kör på samma sätt som på ytan, 25 minuter med syrgas och 5 minuter utan. Under pausen dricker jag så mycket vatten jag hinner. Det förs noggranna anteckningar över hur mycket jag dricker. Ett par gånger behöver jag utnyttja det bäcken som vi har fått med in. Min dyk-partner håller diskret upp filten så att jag får ett litet "privat rum" för att uträtta behoven...

Det hela är egentligen ganska avslappnat. Jag ligger och vilar på britsen med en filt över mig. Jag får inte sova ännu, det får jag göra först när vi har gått upp till 30 fot (9m). Min dykpartner sitter och läser en tidning, ibland kollar han lite mätvärden på syre- och koldioxidkoncentration, vilket han rapporterar till sina kollegor utanför.

När vi blir hungriga skickar de in en pizza som vi delar på. Ibland sitter de och gör roliga grimaser till varandra genom fönsterrutan och drar olika skämt via högtalarsystemet. Tur att jag inte är så känslig... Jag hade gärna velat prata med dem och fråga en massa saker, men med syrgasmasken över halva ansiktet är det inte så lätt. Ungefär som när man är hos tandläkaren, ni vet... Jag får veta att jag har tur; detta är den nya tryckkammaren, vi är här eftersom den gamla inte fungerar som den ska. Den nya är mycket trevligare. I den gamla finns det inga britsar eller något sådant, utan man får ligga på golvet. Kommunikationssystemet i den nya är mycket bättre också. De håller på att trimma in utrustningen i denna tryckkammaren, säger de. En av teknikerna skickas in till oss genom slussen och sätter sig och skruvar loss en grej i golvet och fixar till den och sätter tillbaks den igen, sedan slussas han tillbaks till "ytan" igen. Att vara under så högt lufttryck känns inte speciellt annorlunda eller konstigt, förutom att man får en konstig, nasal röst när man pratar.

Mitt resesällskap från båten utnyttjar tiden som jag ligger i tryckkammaren till att prata med personalen och passar på att fråga om saker som hon alltid har undrat över. Den stackaren har väl knappt fått någon sömn alls de senaste dygnen, men hon fortsätter att hålla sig vaken för min skull. Hon pratar med Master Diver som uttrycker sin förvåning över att jag reser ensam. (Undrans om han hade sagt samma sak om en manlig dykare i motsvarande situation...) Hon tar mig i försvar. "Sir, she is a certified diver. This is her fourth liveaboard!"

Ibland när koldioxidhalten är för hög måste de ventilerat kammaren, då får vi ta på hörselskydd. Varje gång jag tar av syrgasmasken får jag skatta hur starka symptomen är, i förhållande till hur de var innan vi gick in i tryckkammaren. Är det 20%, 30%, mer eller mindre?

Det luriga med de små bubblorna är nämligen, fick jag lära mig, att de syns inte. Inte på röntgen, inte på ultraljud inte med MRI eller med någon annan metod. Man kan inte hitta dem med något blodprov heller. Det *enda* de har att gå efter när de behandlar mig är min egen beskrivning av symptomen. Det känns lite läskigt. För att inte säga dösvårt. Jag är ändå ingenjör, med forskarutbildning, och jag är väldigt van vid att tänka i siffror och procent, men det är ändå jättesvårt. "Tjaa, i fötterna är det mindre än förut fast fortfarande klart märkbart, men i händerna är det samma som nyss. På en skala från 1 till 10 är det kanske 0,5..."

Nu känner jag att jag börjar nå gränsen för vad min engelska räcker till. Att få till alla nyanser och jämförelser är minsann inte det lättaste, även om jag tycker att min engelska är hyfsad. Det gäller också att ha sin engelska anatomivokabulär ordentligt uppdaterad i sådana här situationer. Hur många här kan på rak arm säga vad lillfinger heter på engelska...? Nähä, jag tänkte väl det. Hur många vet vad "Vestibular system" betyder? Har alla koll på skillnaden mellan "wrist" och "ankle"? I normalt turistande klarar man sig alldeles utmärkt utan att kunna allt detta, men nu är det plötsligt direkt avgörande. Jag skäms nästan att säga det, men nu är jag för första gången riktigt glad att jag brukar titta på "Cityakuten" på TV3. Hur det än är så lyckas man väl tillgodogöra sig något av allt "sjukhussnack"...

Detta får mig att undra lite: Om nu jag, som ändå har ett ganska bra engelskt ordförråd känner så här, vad hade då hänt om någon med betydligt sämre kunskaper i engelska hade drabbats? Hade den personen riskerat att få en sämre behandling pga svårigheter att berätta om sina symptom för läkaren? Inte omöjligt. Ganska troligt t.o.m. Dessutom kan nog en sådan person känna sig betydligt mer stressad också av den anledningen.

Nästan genast efter att vi har gått ner på 60 fot märker jag att symptomen lättar mycket. De försvinner nästan helt i händer och fötter, men är kvar i handleder och anklar, som fortfarande känns "tjocka". Ansiktet är svårare att avgöra, eftersom jag har en tung syrgasmask på mig som trycker mot kinderna. Sedan blir det emellertid inte så stor förändring under de tre timmar som vi ligger på det djupet.

Eftersom jag inte tycker att symptomen har försvunnit helt efter den planerade tiden så förlänger de min tid på 60 fot lite, men till slut ska vi då gå upp till 30 fot (9m). Vi stiger långsamt, och när vi är framme säger min dykpartner till mig att jag får lov att sova om jag vill. Vid det här laget är klockan nästan midnatt, jag sov ca tre timmar förra natten, så jag följer gärna hans uppmaning. Han har fått buffa på mig ett par gånger redan tidigare under behandlingen, då jag inte fick sova.

Mot slutet av vistelsen på 30 fot får jag ett lite längre uppehåll i syrgsandningen, och min dykpartner, "the inner guy", berättar att nu ska han också få syrgas, för att inte själv drabbas av tryckfallssjuka, och ytterligare en person ska komma in och övervaka oss båda. Sagt och gjort, ytterligare en av grabbarna kommer in genom slussen, och vi båda andra går tillbaks på syrgas.

Det dröjer ett tag, sedan börjar då uppstigningen till ytan. Den tar ca en halvtimme, sedan får vi gå ur, och vi går tillbaks till undersökningsrummet. Vi konstaterar att jag nu är helt symptomfri. Vi gör en ny neurologisk

undersökning. För att kolla att jag inte är förvirrad eller desorienterad på något sätt frågar de mig hela tiden vad det är för datum, vad det är för veckodag osv. Det känns ju lite orättvist, det är väl inte så lätt att hålla reda på? Hallå, jag har faktiskt semester! Sedan frågar de om jag vet vad klockan är och jag säger omedelbart "två på morgonen" utan att tveka. Det blir de lite imponerade av. De kan ju inte veta att jag kollade armbandsuret på min "dyk-kompis" alldeles innan vi gick ut ur tryckkammaren... (Dessutom visste jag att klockan var strax före åtta när vi gick in och att vi skulle vara där i sex timmar)

Master Diver håller sedan en liten föreläsning för mig med utgångspunkt från siffrorna från mina dyk, och han skränder inte orden precis. "You know, Aaah-nya, those dives that you did weren't exactly the smartest thing to do...". sedan läser han upp vilka deco-stopp jag egentligen borde ha gjort, med utgångspunkt från marinens tabeller. De är både många och långa. Mot slutet skulle jag ha haft uppåt en timmes decostopp, om jag minns rätt. Han sade också rakt ut att om det var upp till honom så borde man ta alla dykatorer i hela världen och slänga i soptunnan. "Dive square profiles only". Och det är ju inte så mycket jag har att säga här, några bra motargument har man ju inte precis att komma med... Jag kan bara nicka och hålla med. Denne man har behandlat ca 350 patienter med tryckfallssjuka under sin karriär, så man får väl anta att han har sett ett och annat och fått lite perspektiv på det hela...

Eftersom jag nu är helt symptomfri menar de att jag inte får några bestående men av det här. Den enda långsiktiga effekt det får för mig är att det är större risk för mig att drabbas av samma sak igen. "Bends has a memory". Jag får nu inte flyga på tre dagar och inte dyka på fyra veckor, sedan är det "back to normal".

- Sjukhusvistelesen

Efter alla undersökningar och allt pappersarbete får jag då åka med ambulansen till flottbasens sjukhus, och läggas in över natten för observation. Jag har aldrig i hela mitt liv legat inlagd på sjukhus förut, men någon gång ska ju vara den första... Jag körs i rullstol genom korridorerna, fram till en sal med en massa sängar med draperier mellan. En sköterska kommer fram och berättar att hon ska väcka mig en gång i timmen för att ta mina "vital signs". Bra, tycker jag, får jag gå och lägga mig nu? Jag fixar till mig på nolltid och lägger mig sedan och somnar direkt. Jag har inget direkt minne morgonen därpå att någon har väckt mig under natten, men det måste hon väl ha gjort, antar jag.

Doktorn sade att han skulle komma förbi vid 9-tiden och skriva ut mig. Jag vaknar till vid halv nio, får en frukostbricka och äter lite, men somnar igen. Jag vaknar igen framåt elva, och då kommer doktorn. Vi pratar en stund. Det känns väldigt bra att han inte måste stressa vidare direkt, utan att han har tid att stanna en stund och svara på mina frågor.

Medan vi pratar sticker en äldre herre in huvudet genom draperiet. Jag som inte har gjort lumpen måste erkänna att jag inte med ledning av axelklaffarna direkt kan avgöra vilken militär grad han har, men det ser ut att vara ganska högt. Han säger "Ursäkta att jag stör, jag ville bara titta in och hälsa på patienten." Han kommer fram till mig och skakar hand. "Hur mår du nu?" "Bara bra", säger jag. "Det var trevligt att höra." "Tack" "Adjö då, det var trevligt att råkas", säger han och går igen. Jag är än idag inte klar över vem denne man var, eventuellt en läkarkollega till min doktor, vad vet jag, men mitt "kändisskap" sträckte sig tydligen även in i amerikanska flottans organisation...

Doktorn säger ungefär samma sak som Master Diver sade igår kväll efter tryckkammarbehandlingen, men på ett något mjukare sätt. "You shouldn't push the limits like that". Jag var, skam till sägandes, inte riktigt medveten om att jag faktiskt hade tänjt så mycket på gränserna. Det var inte precis så som dykledarna på dykbåten beskrev mina dyk ("126 feet .. 133 feet... 3 minutes deco... nothing remarkable", sade de där). Här ser vi, antar jag, en gigantisk kulturkollision mellan sportdykning och militär dykning. Det är även en kraftig kollision mellan teori och praktik. Doktorn talar om en 5 minuters "fudge factor", dvs man ska aldrig låta datorn gå under 5 min till deco.

Jag frågar doktorn rakt ut hur illa därän jag egentligen var. Han säger som det är. Jag hade en relativt lindrig attack, men den satt på ryggraden. Eftersom jag hade symptom på båda sidorna av kroppen så var detta en typ 2-tryckfallssjuka, och den angriper det centrala nervsystemet (hjärna/ryggrad). Om jag skulle drabbas av tryckfallssjuka igen så kommer den att sätta sig på samma ställe, det är viktigt att veta. (Typ 1-tryckfallssjuka betyder att bubblorna sätter sig i en led, vilket bara ger symptom på ena kroppshalvan, då ofta i form av kraftig ledsmärta)

Ryggraden. The spinal cord. Detta var det magiska ordet som plötsligt fick verkligheten att äntligen komma ifatt mig. Herrejisses, jag som trodde att det var i lederna som detta satt, inte hade jag någon aning... Alla de funderingar och känslor som jag har förträngt under de senaste dagarna kommer tillbaka nu. Hjälp, detta kunde verkligen ha gått riktigt illa. Gudars skymning. Tack, doktorn, för allt ni har gjort för mig. Han ger mig numret till sin personsökare, och sedan lämnar han mig att göra mig i ordning och åka därifrån.

Nu ringer besättningsmedlemmen som följde med mig från båten. Hon skulle ha åkt tillbaka till Truk i morse, men hon fick ingen plats på planet, utan har istället checkat in på hotell. Nu är det lite svårare för henne att få plats på planet; igår när jag åkte in hade jag och hon förtur pga nödsituationen, förmodligen fick de slänga av någon annan stackare. Den tråkiga sanningen är att Continental alltid överbokar sina plan, så de måste ofta erbjuda inbokade passagerare pengar och hotellrum mot att de väntar till nästa plan två/tre dagar senare. Hur som helst så kom hon inte med idag, så hon är fast här på Guam i åtminstone två dagar till, till söndag kväll. Tråkigt för henne, men tur för mig. Sköterskan vill ha ett namn på en person som kommer och hämtar mig innan han släpper iväg mig, så jag ber henne komma i taxi och hämta mig.

Under tiden ska jag gå runt till ett antal ställen på sjukhuset och skriva ut mig. Jag går omkring i korridorerna på sjukhuset. Det känns som om lokalerna är ganska gamla och slitna, de påminner lite om min gamla mellanstadieskola, men såvitt jag kan se så har de hög kvalitet på utrustning, t.ex. datorer och datorsystem. Efter att ha virrat runt ett tag och frågat alla jag möter hittar jag till slut rätt i alla fall, och de är mycket hjälpsamma. I kassan får de telefonnumret till mitt försäkringsbolag, och verkar nöjda med det som betalning för sjukhusvistelsen. Till slut kommer besättningsmedlemmen, och vi åker till hotellet, där jag också checkar in. Gud vad skönt, en riktig säng, en dusch... De har till och med internetaccess, så jag kan maila hem till familjen och berätta om vad som har hänt. Jag ville inte kontakta dem förrän efter behandlingen så att jag kunde säga att allt gick bra, men nu är det nog dags.

- Efterverkningar

Just när jag har avslutat mailet hem med "... men nu mår jag helt bra, så ni behöver inte oroa er", och skickat iväg det, så börjar jag känna mig yr i huvudet igen. Jag får lock för öronen. Jag tryckutjämnar och det försvinner, men det kommer tillbaks igen. Jag kontaktar doktorn, som ber mig komma in till sjukhuset. Han tittar i mina öron och säger att det som händer är förmodligen att det under tryckkammarbehandlingen har absorberats en massa syre i mina inner- och mellanöron, och det börjar nu frigöras igen, och skapar en omvänd squeeze, vilket påverkar mina balansorgan. Det är obehagligt, men övergående. Jag får sjösjukepiller, som ska lindra symptomen, och sedan åker vi hem igen.

Vi åker till en snabbmatsrestaurang och äter middag, vi handlar lite frukost och sedan är det skönt att komma tillbaks till hotellet och lägga sig och sova. Längre. Mmmm, sovmorgon. Morgonen därpå, lördag morgon, åker besättningsmedlemmen ut på stan några ärenden medan jag sover ut ordentligt. Hon passar också på att ringa alla sina vänner hemma i USA, eftersom det är inrikestaxa från Guam räknat, och därmed billigare att ringa. Jag äter frukost, jag pratar med försäkringsbolaget som ber mig faxa lite kvitton för att jag ska kunna få ersättning för lite utlägg med en gång. Jag pratar också med försäkringsläkaren, som undrar hur det är med mig, och hur behandlingen gick. Jag berättar, och han går med på att jag stannar på Guam på deras bekostnad fram tills på onsdag kväll, då jag ursprungligen hade planerat att åka härifrån.

När allt detta är klart är klockan cirka tolv på lördagen. Min kompis är tillbaks, och vi talar om att åka till ett shoppingcenter. När man som hon jobbar ute på dykbåt större delen av sin tid kommer man inte till shoppingcenter så ofta... Det låter som en bra ide, tycker jag. Men då börjar jag känna symptomen komma tillbaks, med stickningar och domningar på samma sätt som förut. Jag tänker efter en stund, men sedan ringer jag ändå doktorn igen. Jag måste ta det säkra före det osäkra. Han låter ganska förvånad, men säger "kom in till tryckkammaren igen". Vi tar en taxi in, och där har de samlat hela gänget igen. Någon av dem hade fått avbryta sin fisketur, någon annan hade varit ute på en golfgrunda när personsökaren hade pipit... *Gud*, så fånigt, nu har jag förstört deras lördag... De är lite skeptiska, normalt kommer symptomen tillbaks inom 12 timmar om de kommer alls, men nu har det gått 36 timmar sedan förra behandlingen. Att symptomen kommer och går är inte heller riktigt typiskt. Antingen har man dem eller inte. De ställer lite frågor till mig om neurologiska sjukdomar typ MS i släkten, men jag har såvitt jag vet inget sådant. De säger att det vi kämpar mot nu är en svullnad på ryggraden, vi ska göra vårt bästa för att få den svullnaden att gå ner.

Nåja, det är inte mycket att be för, vi kör "same procedure as last year" med neurologisk undersökning och sedan in i kammaren igen. Jag får en ny dyk-kompis och vi dyker, på samma sätt som första gången. Nu kan jag ju rutinerna. När jag kommer ut denna gången tycker jag inte att jag är riktigt symptomfri. Det känns en aning

fortfarande. De är bekymrade över detta. Kanske gjorde dröjsmålet på 27 timmar innan jag kom till kammaren att det har skett någon permanent skada på någon nerv? Om inte symptomen ger med sig bör du sluta helt med dykning, säger de. Det finns en risk att jag får leva med stickningar och domningar resten av mitt liv. Först låter de bekymrade över att det tog så lång tid som 27 timmar för mig att komma in. Så småningom kryper det dock fram att detta är förmodligen det snabbaste någon tryckfallssjuka-patient från Truk har kommit in någonsin. Det kan ta flera dagar annars. Gott betyg åt kaptenen och alla andra inblandade i "räddningsaktionen". Jag har verkligen haft tur, efter omständigheterna har jag fått det allra bästa omhändertagande man kan tänka sig.

Jag behöver inte läggas in på sjukhus den här gången, det räcker att besättningsmedlemmen är med mig i sex timmar framöver, och jag ska komma tillbaka igen morgonen därpå. Vi åker och äter middag igen, sedan lägger vi oss på mitt rum och tittar på kabel-TV. Jag somnar strax, men hon håller sig vaken och håller koll på mig till klockan två på natten, då går hon ner till sitt rum och går och lägger sig.

Nästa morgon åker vi in till tryckkammaren igen för att stämma av läget. För säkerhets skull har jag med mig en bok den här gången, om jag skulle behöva läggas in i kammaren i sex timmar igen. Jag tycker fortfarande att jag känner något, men jag måste faktiskt tänka efter innan jag känner det. Doktorn och Master Diver går ut ur rummet och konfererar lite, och kommer sedan in igen och pratar med mig. Vi kommer överens om att jag faktiskt är helt symptomfri, och att de sista resterna av symptomen jag känner nog är mer av psykosomatisk karaktär. Jag får dock själv avgöra – en tur till i tryckkammaren eller inte. Jag väljer "eller inte". Jag vill verkligen inte riskera att inte kunna ta det inplanerade flyget hem på onsdag, eftersom det är tre dagars flygförbud efter en behandling blir det på håret att vi hinner med en behandling till. Jag börjar verkligen få nog av det här stället... Dessutom känns det knappt någonting, det är nog inbildning. Jag ber att få med mig min journal att visa upp för en dykläkare hemma. Om jag kommer in på sjukhuset på tisdag ska jag få med mig kopia på alla journalanteckningar och en sammanfattning som doktorn skriver.

Jag säger att jag funderar på att sluta med dykning. De tycker att det nog kan vara en god ide, kanske ska jag hitta en annan sport istället, tycker de. "There's nothing down there to see that's worth maybe not walking again", säger Master Diver. De förbjuder mig emellertid inte att dyka igen. Fortfarande är det fyra veckors dykförbud som gäller, och jag bör diskutera med en dykläkare hemma innan jag ger mig ut igen. Hade jag varit en militär dykare, emellertid, så hade de sannolikt förbjudit mig att dyka igen och sagt åt mig att hitta en annan karriärväg inom flottan istället. Jag hade inte kunnat bli pilot heller, pga de snabba tryckförändringarna som piloter utsätts för.

Vi tar adjö av doktorn och de andra. Min reskompis säger "No offense, but I hope I never see you guys again..."

## Efteråt, i väntan på hemfärd

Resten av dagen ägnar vi då antligen åt shopping och att gå på bio mm. (Jag rekommenderar alla att se "Den gröna milen" med Tom Hanks. Vilken film!) Det känns fortfarande en aning in händer och fötter, men knappt märkbart. På kvällen ska hennes flyg gå tillbaka till Truk. Det visar sig att problemet med ljusen på landningsbanan kvarstår, så de har satt in ett extra flyg i morgon bitti istället, på samma sätt som förra veckan då sex av dykarna på båten var med på flyget. Hon måste ändå checka in nu på kvällen, visar det sig. Vi åker till flygplatsen, det är en jättelång kö med folk till incheckningen, och hon tittar hopplöst på den. Då går hon fram till incheckningsdisken och säger "Jag är här med dykaren med tryckfallssjuka, och jag kan inte lämna henne ensam. Jag måste få checka in nu direkt." En liten vit lögn (inte så liten förresten), men den går faktiskt hem. Hon får checka in. Jag är fortfarande "kändis" hos flygbolaget. Nåja, det tycker jag faktiskt hon är värd efter allt hon har gjort för mig och uppoffrat sig. *Någon* fördel ska hon väl kunna få?

Hon ger mig några sista förmaningar innan vi skiljs åt. "Nu har du doktors nummer, tveka nu för all del inte att ringa honom och be om hjälp om du har de minsta besvär!". Hon inser att jag är en mycket mer försiktig person än hon, en som i det längsta tvekar att be om hjälp och besvära andra.

Morgonen därpå är mitt resesällskap alltså borta, men också mina symptom. Det var ju i och för sig bra. Nu har jag att se fram emot tre dagar ensam på Guam, där finns det absolut *inget* kul att göra. På dagen är det på tok för varmt att gå omkring ute, och på kvällen är det för farligt för en ensam kvinna att gå omkring ute. Great. Jag är fast på hotellet alltså. Jag åker ut till något shoppingcenter och går omkring planlöst utan att handla något, jag åker till stranden, men det är alldeles för varmt för att sola.

Alla människor jag möter är väldigt trevliga. Servitörerna frågar mig om det är första gången jag är på Guam och vad jag tycker om deras vackra ö. Egentligen vill jag bara säga "Den är *skit*. Jag vill inte alls vara här, det är inte jag som har valt att få komma hit, jag vill hem!!", men min goda uppfostran tar överhanden och jag svarar istället något i stil med att här är det ju väldigt trevligt.

Nu är jag ensam med mina tankar. Nu börjar bearbetningen av vad som hände. Och vad som kunde ha hänt. Jag har nu gott om tid på mig att i lugn och ro föreställa mig hur resten av mitt liv skulle teta sig i rullstol. Eller med blöja. Eller både och. Kan jag fortsätta att sjunga i kören hemma om jag sitter i rullstol? Finns det hiss upp till replokalen? Hur skulle jag behöva bygga om min lägenhet för att kunna bo kvar där? Javisstja, det bor ju en kille med rullstol på första våningen, det kanske skulle kunna gå...

På måndagskvällen känns det som om jag håller på att bli tokig. Då kommer jag på att en av de andra dykarna på båten skulle åkt med samma flyg som jag från Truk till Guam i morgon, tisdag, och sedan åka vidare dagen efter. Jag ringer Blue Lagoon Resort på Truk och spårar upp honom. Jovisst, han ska åka till Guam som planerat. Jovisst, han kan köpa med sig boken om vraken till mig från hotellets presentshop. Visst, vi kan gå ut och äta middag. Tack och lov, nu kan jag få lite sällskap.

När han dyker upp på tisdagen går vi ut och äter middag. Äntligen kan jag komma ut och promenera lite, bara det är en bra terapi. Vi sitter under middagen och diskuterar vad som hände och hur det var på båten efter att jag hade lämnat den. Denna dykaren var samma person som var min buddy på de tre sista dyken jag gjorde, de som var orsaken till att jag fick tryckfallssjuka. Av den anledningen kändes det extra bra att kunna diskutera igenom saken i lugn och ro. Jag lämnade ju båten hals över huvud, och hann knappt säga adjö till de andra dykarna.

Jag är inte riktigt säker, men jag får intrycket att han har lite dåligt samvete, som om det var hans fel på något sätt. Jag är noga med att påpeka hela tiden att jag själv är ansvarig för mina egna dyk. Det är till och med så att jag är en betydligt mer erfaren dykare än han, så om någon av oss är mer ansvarig är det faktiskt jag...

Jag har faktiskt själv oroat mig lite för honom, och även de andra dykarna på båten; vi gjorde ju nästan samma dyk den dagen, tänk om han också råkar ut för samma sak? Lyckligtvis gjorde han inte det, och paradoxalt nog var det förmodligen den kanske inte så välgenomtänkta djupdykningen för fotografering av liten stridsvagn i slutet på dyket som "räddade" honom. Han blev därigenom tvungen att göra ett mycket längre decostopp än jag på slutet. Dessutom är det väl bara så att jag råkade vara känsligare för tryckfallssjuka än de övriga, sådant kan man ju inte veta på förhand.

Han berättade att stämningen på båten hade blivit ganska tryckt efter att jag hade lämnat den, och det kan man ju förstå. Alla tyckte de började känna lite symptom på tryckfallssjuka, och alla började berätta historier om folk som de kände eller hade hört talas om som drabbats. Nu kom det fram, sådana historier hör man inte i vanliga

fall precis, annars är det minsann bara trevliga positiva historier som man hör. Berättelser om häftiga dykmål och gigantiska valhajar och så där...

Jag undrade vad kaptenen och de andra hade sagt till dem, och han sade att de inte hade sagt så mycket. De hade berättat vad som hänt mig, och de hade tackat dykarna för att de var så förstående och gick med på att missa ett dyk för att jag skulle komma iland. Däremot var det inget snack om skärpt säkerhet efter detta, inte ens en uppmaning om att vara försiktiga. Nejdå, det var bara att dyka på som förut. Detta är i alla fall hans bild av det hela, efteråt får jag veta att det inte riktigt stämmer, visst talade kapten om för de andra vad som hade hänt mig, och de hade också diskuterat att min dykprofil, med det andra dyket djupare än det första, inte var så lyckad. Dessutom påpekade han hur viktigt det är med långa säkerhetsstopp. Olika åsikter här alltså. Det är svårt att få en bild av hur det egentligen var när man inte själv är närvarande...

Mitt middagssällskap och den dykare vi båda hade dykt med på tisdagen fortsatte att dyka tillsammans efter att jag försvann, men de hoppade över ett antal dyk. Dels för säkerhets skull, och dels kände de sig inte så dyksugna längre. Den andre dykaren hade varit ganska kritisk efter att jag försvann, säger han, och beklagat sig en del över att säkerheten var för dålig ombord. "Du missade inte mycket" säger han vidare "Har man sett ett vrak har man sett alla...". Jag tror inte han egentligen menar det fullt ut, utan försöker snarare att trösta mig för att jag missade halva veckan. Jag tyckte ju att dyken var jättehäftiga, och det tror jag han egentligen tyckte också. Helt klart är att en sådan här händelse påverkar hela dykgruppen, det är klart att det lägger sordin på stämningen.

När vi ska gå säger han "Jag betalar notan. Det är det minsta jag kan göra för dig efter att ha tagit dig ut på dessa helvetesdyk...". Om han verkligen menar att han känner dåligt samvete för det som hände, eller om detta bara är ett sätt för honom att få in ta rollen av "den perfekta gentlemannen" kan jag inte riktigt avgöra. Det är i och för sig bra för mig att få spara de pengarna, min likviditet är inte jättebra just nu, även om jag får tillbaka alla utlägg från försäkringsbolaget senare...

Dagen efter, på onsdagen, är det då äntligen dags för mig att åka hem. Jag åker till flygplatsen och checkar in, och jag har nu ca 20 timmars flygning och två byten framför mig, inklusive en del väntetid på flygplatserna i Hong Kong och London. Hemma i Sverige är det minusgrader och snöstorm, vilket egentligen är själva anledningen till att jag reste därifrån i december. Nu längtar jag något oerhört efter just denna snö och kyla. Det är nog första gången i mitt liv jag kan säga så.

Jag längtar faktiskt väldigt mycket efter att komma hem. Hem till ett ställe där man känner igen sakerna på hyllorna i livsmedelsaffärerna, där man har en känsla för hur mycket pengarna är värda, där man vet hur man beställer en taxi, där folk pratar mitt språk, där man helt enkelt begriper sig på systemet... Allt det som i normala fall är spännande med att vara utomlands är nu plötsligt bara stora irritationsmoment. Borta bra men hemma bäst.

## Hemma igen

Väl hemma är det mycket som ska ordnas. Bland det första jag gör är att leta upp en dykläkare, och jag beställer en tid. Jag får komma dit ungefär en vecka efter jag kommit hem..

- Dykläkaren

Att träffa honom är en oerhörd lättnad. Han läser igenom vad läkaren på Guam har skrivit, och han talar om för mig vad jag redan vet: jag har fått det absolut bästa möjliga omhändertagandet. Hade jag varit hans patient i Stockholm så hade han gjort precis samma bedömningar och behandlingar som de gjorde i Guam, han hade inte ändrat någonting. Han berömmar också första hjälpen som jag fick på båten, de skötte sig exemplariskt, tycker han.

Sedan säger han att jag faktiskt inte kan vara 100% säker på att jag verkligen hade tryckfallssjuka. Symptomen är något otypiska, säger han. Det finns inte *en* punkt på ryggraden som går till både händerna och fötterna. Hade det varit t.ex. fötterna och underbenen hade det varit mer typiskt. Det finns andra saker som kan ge samma symptom. T.ex. kan stress och hyperventilering ge "sockerdricka" i händerna och fötterna, som jag hade. En viss sorts matförgiftning av fisk kan också ge det. Detta frågade läkaren i Guam också om, minns jag, men då sade besättningsmedlemmen som var med mig att vi inte hade fått någon färsk fisk utom tonfisk på båten.

Man ska också komma ihåg, säger den svenske doktorn, att all dykning, även om man inte får tryckfallssjuka, ger förändringar i kroppen. Man kan känna sig trött och yr efter en helt vanlig dag med dykning. "De har inte kunnat bevisa objektivt att du verkligen hade tryckfallssjuka" säger han. "Kan man överhuvud taget bevisa en sådan sak objektivt då?" frågar jag. "Nej, det kan man egentligen inte", säger han. Häri ligger nog mycket av svårigheten när man ställer diagnos skulle jag tro...

Han påpekar dock flera gånger att trots denna osäkerhet gjorde man definitivt helt rätt som skickade in mig till tryckkammare och behandlade mig. Det hade han också gjort, utan att tveka, säger han.

Han har säkert rätt i allt han säger, men jag har ändå hållit på såpass länge med dykning att jag vet hur jag brukar må efter en dags dykning. Jag vet också att även om jag var väldigt rädd i början så lugnade jag ner mig ganska snabbt och var sedan kolugn hela tiden fram till tryckkammarbehandlingen, och jag kände ändå symptomen. Ingen hyperventilering där inte. Jag är alltså själv trots detta som han säger helt övertygad att jag ändå hade tryckfallssjuka. Om jag inte hade tryckfallssjuka så hade jag någon annan, för mig fullständigt ny och okänd sjukdom...

Vi pratar lite om dykning i allmänhet. Han tittar på siffrorna från mina dyk, och hans kommentar är: "Ja, jag antar att det inte var du själv som gjorde den här planeringen...". Jag slipper en föreläsning om decostopp den här gången. Han berättar lite intressanta saker om dykdatorer. De data som datorerna, och för den delen även tabellerna, bygger på stämmer nog väldigt väl när det gäller enstaka dyk. Detta har man hållit på med sedan 1800-talet och har väldigt mycket data från. Vad gäller upprepade dyk däremot, så är det en ganska ny företeelse. Mot bakgrund av detta menar han att en dator fungerar väldigt bra första dyket när man är helt "ren" innan. Andra dyket bör man ta siffrorna med en stor nypa salt, och vid tredje dyket är datorn i stort sett helt meningslös.

Hepp, detta hade jag inte en aning om. Jag trodde att en dator är ungefär lika pålitlig som en tabell, men att marginalerna är mindre. Att den blir mindre och mindre pålitlig för varje dyk hade jag inte alls någon uppfattning om. Det hade också varit kul att veta innan... Ja, jag vet: "lägg inte ditt liv i händerna på dykdatorn, använd tabellen också..." Här åker jag på liveboardresor med 4-5 dyk per dag och kör glatt efter datorns rekommendationer hela vägen. Burrrrr...

Jag frågar honom det där som folk har sagt om att kvinnor är känsligare och att lågt blodvärde kan ge större risk. Inget av det är sant, säger han. Det finns teorier om att kvinnor kan vara känsligare, men det finns ingen forskning som stöder det. Bra. Tack, det var bara det jag ville veta. Han tittar också på originalförpackningen till medicinen som jag tog under de första dykdagarna, och han säger direkt att de inte kan ha påverkat min känslighet för tryckfallssjuka.

Han säger också att man egentligen vet väldigt lite om tryckfallssjuka. Det här med att det bildas bubblor, det är inget man egentligen vet säkert, det är bara en förklaringsmodell som man använder tills vidare, innan man har kommit på något bättre...

Bör jag sluta helt med dykning då? ”Nej, men det vore väl synd. Dykning som är så kul...”. Om bara symptomen är helt borta så finns det inga hinder för mig att ge mig ut igen. Jag bör då lägga på 4 meter extra till de verkliga maxdjupen när jag räknar på dyken, för att få extra säkerhetsmarginaler. För att kunna göra samma dyk som kompisarna skulle jag kunna börja lära mig dyka med Nitrox (dvs luft, fast med mer syre och mindre kväve), för att minska kväveexponeringen. Det är ju en ide, det har jag aldrig funderat över tidigare. Det kostar ju en del extra att fylla, jag måste gå kurser, men det kanske det kan vara värt? Min reskamrat ur besättningen kom faktiskt med samma ide när vi satt på Guam och åt middag och diskuterade min eventuella framtida ”dykkarriär”.

Jag ger doktorn en kopia av hela min journal, och han blir jätteglad för den. Han tycker att det är väldigt intressant att få ta del av mitt fall, och om jag har fler frågor är det bara att kontakta honom igen. Jag tycker det är väldigt skönt att ha diskuterat igenom detta med någon här hemma, på svenska, någon som är väl insatt i sportdykningens vardag...

Jag lämnar hans mottagning med betydligt lättare steg än tidigare. Efter tryckkammarbehandlingen var jag helt säker på att jag aldrig skulle dyka igen. Nu vet jag inte helt säkert. Hur som helst är det ingen brådska att bestämma det nu. Det finns mycket annat roligt som man kan göra på sina semestrar också...

Några dagar senare börjar jag få lite känningar i händer och fötter igen. Jag mailar doktorn och frågar vad som står på. Han svarar att det mycket väl kan vara restsymptom från tryckfallssjukan, och att vi bör avvakta i minst ett halvår för att se om de försvinner helt. Skadade nerver återbildas normalt inte hos en vuxen, men om man har tur så kan angränsande nerver ta över de skadade nervernas jobb. Vissa nerver kan ha blivit lite ”tilltufsade” och reagerar på kroppslig ansträngning genom att antingen lägga av helt (domningar) eller börja sända brus (stickningar). Den förbättring som sker sker normalt inom ett halvår. Om de försvinner helt kan jag förhoppningsvis börja dyka igen, annars bör jag sluta. Doktorn har dock goda förhoppningar om att de ska försvinna helt. Symptomen försvinner igen efter några dagar, men gör sig påmind lite då och då. När jag är riktigt trött kommer även yrseln tillbaka. Dessa symptom stör inte nämnvärt i mitt dagliga liv, men de är en påminnelse om att jag kanske måste sluta med dykningen.

- Reaktionerna hemma

Jag var lite nervös för vad folk skulle säga när jag berättade hemma vad jag hade varit med om. Skulle de tycka att jag var en total klant som bara fick vad jag förtjänade? Jag befarade att mina dykande vänner skulle tycka att jag hade betett mig oerhört klantigt och att mina icke-dykande vänner som tycker att dykning verkar vara farligt skulle få vatten på sin kvarn. Jag har, ända sedan jag tog mitt cert, alltid glatt sagt till alla som har velat lyssna: ”Neeejdå, om man bara håller sig inom gränserna är det helt säkert, det är bara sådana som struntar i säkerhetsföreskrifterna som råkar illa ut...”. Det där får jag nog äta upp nu.

Jag kunde naturligtvis ha valt att ligga lågt och inte berätta det här för någon, men på något sätt skulle det inte funka. Alla visste om att jag skulle åka på dykresa, och då vill de naturligtvis veta hur jag har haft det. Då finns det naturligtvis ingen annan utväg än att berätta som det är.

Hur som helst kommer mina farhågor helt på skam, jag har nog underskattat mina kamrater. Alla visar en väldig sympati, plus att de naturligtvis är väldigt nyfikna på allt som händer, det är bl.a. därför denna uppsats har kommit till. Alla är väldigt lättade att det gick bra för mig till slut, och hoppas att jag inte behöver sluta med dykning. Av mina dykcertifierade kamrater så är vissa genuint förvånade och lite skärrade över att det som händer händer, även sedan jag i detalj har beskrivit mina dyk den dagen. De trodde som jag att man var säker om man höll sig inom datorns gränser. Det är alltså inte bara jag som är (var) naiv och trodde att det skulle mer till innan man egentligen riskerar att råka illa ut.

Sedan kommer det lite gliringar från vissa håll ibland, förstås ”Nej, du ska nog inte ha fler läsk nu, du har väl fått tillräckligt med bubblor redan...?” ”Hur länge har du varit i poolen nu, nu är det nog bäst att vi håller ordning på minuterna... och så dyker vi inte för djupt från hopptornet!...” ”Jaha, nu får du väl börja åka på pensionärsresor istället. Bussresor till Rom och titta på kyrkor, det kan väl vara något?...” osv. Detta tar jag emellertid som en slags sympatyttringar också.

Vissa vänliga själar kommer med skräckhistorier också, som t.ex. om den tryckfallssjukedrabade grekiske mannen, som blev förlamad eftersom personalen vid tryckkammaren vred på fel håll och minskade trycket i stället för att öka det... Jag stöter också ibland på en omtanke som jag faktiskt blir riktigt rörd av. Som t.ex. när

jag hade ett jobbmöte med kund en förmiddag och hade glömt att tala om på jobbet att jag åkte direkt dit hemifrån. De blir oroliga när jag inte dyker upp på jobbet på morgonen och pratar om att ringa hem till mig för att kolla hur det är med mig. ”Hon bor ju ensam, tänk om hon har fått något återfall och bara ligger där...”

Att berätta min historia om och om igen känns som en bra ”terapi” för att bearbeta vad som hände. För varje gång jag berättar det känns det mer och mer verkligt. Dessutom hoppas jag kunna sprida erfarenheterna jag har gjort till så många dykare som möjligt. Jag är trots allt övertygad om att en stor del av alla världens certifierade dykare mycket väl skulle kunna hamna i samma situation som jag. Därför väljer jag att *inte* ligga lågt, utan istället berätta för så många som möjligt, även om det i viss mån exponerar min klanlighet för resten världen.

Strax efter det att jag har kommit hem börjar det trilla in epost från de andra dykarna på båten. Jag lämnade min epostadress till de andra innan jag lämnade dem, just för att jag skulle kunna berätta för dem efteråt hur det gick. De vill veta hur det är med mig och vad som hände. Jag berättar, och de verkar lättade att allt gick bra. De är nyfikna på hur det var, och de frågar mig en massa frågor om hur jag kom på så fort att jag hade fått tryckfallssjuka mm. Jag svarar villigt på deras frågor och erbjuder mig att berätta mer om det är något de vill veta. De berättar att de gav extra dricks till besättningen efter deras proffsiga omhändertagande av mig. Det gläder mig att höra, eftersom jag själv inte fick tillfälle att ge någon dricks. Någon av dykarna är instruktör, och undrar om han får använda min historia som ett exempel i sin undervisning i syrgasadministration och i rescue diver-kurserna. Jag säger att det får han gärna, hade jag bott närmare hade jag gärna kommit själv och berättat...

## Reflektioner och råd

- När du dyker

Här kommer jag nu med de vanliga råden, som ni alla har hört tusen gånger. Så här bör ni göra för att minska risken för tryckfallssjuka och för att minska konsekvenserna om ni skulle drabbas:

1. Lär känna din kropps signaler. Eftersom symptomen på tryckfallssjuka kan vara så diffusa är det viktigt att du vet hur du brukar känna dig, och speciellt hur du brukar känna dig efter en dags dykning. Då är det lättare att avgöra när något känns fel. Gör dig förtrogen med dina "vardags-krämpor", som i mitt fall min kärvande mage.
2. Drick mycket. Inte bara vatten, då riskerar du att skölja ur alla nödvändiga salter och mineraler, utan drycker med socker och mineraler, typ sportdrycker och juicer. Drick minst 2-3 liter om dagen förutom måltidsdryckerna! Kolla att din urin är klar som vatten när du kissar, om den är mörk dricker du för lite!
3. Drick inte: Kaffe, te, öl och andra alkoholhaltiga drycker, coca cola och annan läsk. Låt bli de dryckerna helt medan du dyker. Även på kvällen. De bidrar till att torka ut dig!
4. Om du inte mår bra till 100% - hoppa över dyket. Vila dig och ladda för nästa dyk istället. Lätt att säga, svårt att göra när man väl står där!
5. Planera dyket noga med din parkamrat och dyk sedan enligt planen. Bestäm maxdjup och maxtid i förväg. Kom ihåg PADI-manualens käcka slogan: "Plan your dive – dive your plan".
6. Drick mycket
7. Gör långsamma uppstigningar och långa säkerhetsstopp. Beräkna luftförbrukningen så att du kan stanna på säkerhetsstoppet i minst 5 minuter, helst längre. Stanna sedan på säkerhetsstoppet så länge luften tillåter. Hellre för länge än för kort! Du ska naturligtvis ha så mycket luft kvar att du kan göra de sista 5 meters uppstigning lugnt och säkert också, och ändå inte underskrida den minimigräns för kvarvarande luft i flaskan som gäller för just din dykturfärd.
8. Gör högst två dyk om dagen. Ja, jag menar det faktiskt, mot bakgrund av det jag vet nu kommer jag aldrig att göra mer än två dyk om dagen igen.
9. Drick mycket
10. Drick mycket
11. Gå aldrig över tabellens tider, även om du använder dator. Jag vet nu att man inte kan lita på att en dator gör pålitliga multi-level-beräkningar, hädanefter går jag bara efter tabeller, speciellt vid upprepade dyk.
12. Drick mycket
13. Inga varma duschar, bubbelpoolsbad eller bastubesök efter en dags dykning. Det hjälps inte hur mysigt det än är, det ökar risken för tryckfallssjuka dramatiskt.
14. Till sist, glöm inte att för att vara helt säker på att inte drabbas finns det en sak som du ska undvika helt: Vatten. M.a.o: Det finns inga garantier. Så fort man över huvud taget dyker så *kan* man drabbas. Även om man gör allt rätt och håller sig inom alla försiktighetens gränser så finns det en liten risk att man drabbas ändå. Medicin är ingen exakt vetenskap, våra kroppar är alla olika. Vi vet inte förrän vi drabbas, med facit i hand, hur känsliga för tryckfallssjuka vi faktiskt var.

- Välj rätt dykoperatör

Om du är ute och reser, välj din dykoperatör med omsorg. Jag har rest en hel del, och har inget emot att prova olika saker. Ibland kan jag tänka mig att bo på ruffliga hotell, ibland på lyxhotell, restauranger samma sak. När det gäller dykning, däremot, ser jag noga till att aldrig pruta på kvalitén. Då väljer jag bara dem med bäst rykte, även om det kostar mig några tusenlappar extra. I det här fallet visade det sig att jag hade valt rätt. Tack vare besättningsens kompetens blev jag väldigt väl omhändertagen. Gud vet hur det hade gått om jag hade dykt med "Billige Bengan's dyk&mopeduthyrning"...

Se till att dykoperatören har syrgas i närheten, och se till att ni vet var närmaste tryckkammare är och hur man tar sig dit. Ta reda på detta *innan* du bokar resan.

Liveaboard eller inte? Det finns för- och nackdelar. En klar nackdel i det här sammanhanget är att man får in så många fler dyk per dag än om man gör landbaserade dyk. Detta ökar naturligtvis risken för tryckfallssjuka om man inte är försiktig. Visst, man kan hoppa över dyk, men handen på hjärtat, hur många gör det när man har betalt en massa för obegränsade dyk? En klar fördel är att man dygnet runt är omgiven av dykare, som alla är väl förtrogna med vad tryckfallssjuka är. Om jag hade känt mig som jag gjorde på onsdagskvällen i en hotellmatsal istället, och kanske t.o.m. hade svimmat där, vem hade då vetat vad det var för fel på mig och vad som skulle göras? Tänk om jag hade hamnat i händerna på den välmenande hotelldirektören som tyckte att jag skulle

skickas ner i vattnet igen... Nu blev jag istället kompetent omhändertagen direkt. En annan klar fördel är faktiskt att man har toaletterna inom räckhåll direkt när man kommer upp. Detta kan verka som en bagatell, men om man tänker efter så kanske det inte är det. Om man vet att man måste hålla sig i två timmar medan båten går tillbaka till land efter ett dyk så kanske man låter bli att dricka så mycket som man borde. Detta kan speciellt gälla tjejer, som inte har samma möjlighet som killar att på ett enkelt sätt lätta på trycket direkt ut i havet... På en liveaboard behöver man inte tänka så. På vår båt fick vi dessutom fri dricka, det antar jag att de flesta har.

- Om det händer

Besättningen på båten gav mig beröm för två saker. Det ena var att jag sade ifrån så tidigt att jag inte mårde bra. Det är inte ovanligt, sade de, att en dykare känner sig lite konstig på kvällen, men låtsas inte om det utan går och lägger sig i sin hytt istället. Först nästa morgon kommer det fram att något är fel, och då har många värdefulla timmar gått till spillo.

Det luriga med tryckfallssjuka är ju att jämfört med hur farligt det faktiskt är så mår man inte nödvändigtvis så jättedåligt. När jag väl hade fått syrgas så kände jag inte så farligt mycket av symptomen, och inte ens innan dess var de så alarmerande (även om de var lite obehagliga). En vanlig dag hemma utan dykning hade jag förmodligen inte brytt mig så mycket om sådana symptom, jag hade kanske tagit en Alvedon och gått och lagt mig tidigt, men eftersom jag i det här fallet hade i bakhuvudet vilka dyk jag hade gjort under dagen så drog jag ganska snabbt rätt slutsats.

Det andra jag fick beröm för var att jag höll mig så lugn och beskrev symptomen så noggrant och systematiskt. Det viktigaste när man har drabbats av tryckfallssjuka är att man sitter still och tar det lugnt. Man ska inte anstränga sig, och absolut inte stressa upp sig heller. Jag tror att detta är för att man inte ska få en snabb ökning av blodflödet som kan ställa till oordning i kroppen och mer bubblor. Dessutom gör man livet mycket lättare för dem som försöker hjälpa en om man inte blir hysterisk och behöver tas omhand på det sättet också...

Här skulle jag alltså vilja ge följande råd till den som håller på att drabbas av tryckfallssjuka:

1. När du lär dig dyka, lär dig symptomen på tryckfallssjuka utan och innan. Om någon väcker dig mitt i natten ska du kunna rabbla dem, och i sömnen också. Om du glömmer allt annat ur det kapitlet ur läroboken, så kom åtminstone ihåg det!
2. Om symptomen börjar komma, *ta dem på allvar*. Jätteviktigt, men också den *klart svåraste* delen i det här.
3. Så fort du känner dig lite konstig, berätta det för någon direkt. Vem som helst; din kompis eller dykpersonalen. Skriv gärna ner det på papper. Om det visar sig vara tryckfallssjuka kan du behöva hjälp efteråt att komma ihåg när du började känna vad, och det är inte lätt, kan jag tala om. Har du då berättat det för någon är ni i alla fall två som kan hjälpas åt att minnas. Kom ihåg att det enda doktorn har att gå efter är din symptomhistoria!
4. Håll koll på varandra. Om någon dykare inte verkar må så bra efter dyket, fråga honom/henne hur det är. Det kanske är just den frågan som får personen att slutligen inse att någonting är fel.
5. Om du drabbas, vad du än gör, håll dig lugn.
6. Känn inga skamkänslor. Det är lätt att känna sig dum, men det ska man absolut inte göra! Alla kan drabbas.

- Resa ensam/resa med sällskap?

På denna resan reste jag ensam av olika anledningar. Jag har gjort några resor med sällskap också. Jag har funderat lite på vad som hade varit bäst i den situationen som uppstod.

Jag tror så här, att om man reser på dykresa tillsammans med någon så måste man känna varandra såpass väl att man vågar göra bort sig inför varandra. Man måste lita på varandra så mycket att man vågar berätta för sin reskompis att man börjar känna symptom på tryckfallssjuka, om man nu skulle ha oturen att få det. Det är ju trots allt så att om man får det så förstör man inte bara sin egen semester utan även kompisens, det är viktigt att komma ihåg. På denna resan förstörde jag bara min egen semester, och jag gjorde bort mig bara inför människor som jag bara hade känt i tre dagar. Jag hade alltså inte så mycket att förlora på så sätt.

Om man reser med någon som man känner att man måste upprätthålla en fasad inför så tror jag det kan vara farligt. Då kan det nog dröja längre än annars innan man erkänner att man faktiskt mår dåligt. På båten berättade de att det inte är ovanligt med gifta par som dyker tillsammans där t.ex. frun börjar känna sig dålig, men hon säger inget först för hon vill inte förstöra deras gemensamma semester. Om man är rädd att reskompisen ska bli

arg eller irriterad om man säger något kan det dröja väldigt länge innan man erkänner att man mår dåligt. Då kan det dröja onödigt länge innan man kommer iväg till tryckkammare, och som vi minns är varje timme dyrbar. I de fallen är det nog faktiskt bättre att resa ensam.

Å andra sidan, det kan vara väldigt bra att resa i sällskap med någon som känner en så väl att de märker när man börjar må dåligt. Den kvällen jag blev sjuk satt jag väldigt tyst, men jag tror inte någon av de andra tyckte att det var något ovanligt med det; jag satt nog tyst ibland annars också. Någon man känner väl kanske märker tidigare när något är fel.

Om du känner dig osäker på främmande språk (oftast är det engelska man behöver) kan det kännas bra att ha sällskap med någon med samma modersmål som du. Då kan ni hjälpa varandra att uttrycka vad ni vill säga om det skulle hända något.

Det är också värdefullt att ha någon att bearbeta händelsen med efteråt. Jag har sedan jag kom hem fått hjälp av kompisar genom att prata om vad som hände och fundera på varför och hur jag ska göra i framtiden mm. Det kan vara skönt att ha haft någon med sig hela tiden som vet precis hur allt gick till, någon som man kan fortsätta att prata med när man kommer hem.

#### - Försäkringar

Givetvis måste man vara försäkrad, det behöver jag nog inte övertyga någon om. Om man är utomlands och får kameran stulen och inte är försäkrad, då har man förlorat en kamera. Om man är utomlands och drabbas av tryckfallssjuka och inte är försäkrad, då är man *rökt*, kort uttryckt.

Kolla noga din reseförsäkring att den verkligen täcker "extrema" sporter såsom dykning. Min gjorde det, men jag har fått det bestämda intrycket att de flesta inte gör det. Ta i så fall en extra försäkring, och gärna en som ger ersättning för förlorade semesterdagar också.

Det finns en organisation som heter DAN, Divers Alert Network. De erbjuder försäkringar speciellt anpassade för dykare. Jag fick en reklambrochyr från dem när jag bokade resan, och läste igenom försäkringsvillkoren. Jag tyckte att det såg ut som om villkoren var ungefär desamma som för den försäkring jag redan hade, så jag brydde mig inte om att skaffa den.

När det här med tryckfallssjukan hände, emellertid, så frågade folk hela tiden om jag hade DAN-försäkring. Det är tydligen standard för dykare i USA, *även* om man redan har en försäkring som täcker allt. Jag har fortfarande inte riktigt klart för mig om händelseförloppet hade blivit annorlunda om jag hade haft DAN-försäkring, men helt klart är att det hade betytt mycket mindre jobb för kaptenen att få iväg mig till tryckkammare, DAN hade gjort mycket av det jobbet han nu fick göra. Det gällde ju att förklara för försäkringshandläggaren vad som egentligen stod på. Om en person åker på skidsemester till Alperna och ramlar och bryter benet är det ganska lätt att förstå vad som har hänt och vad som måste göras (benet måste sättas ihop igen). För en oinsatt person är det inte så lätt att förstå vad tryckfallssjuka innebär, t.ex. att ett sjukhus som inte har tryckkammare egentligen inte kan göra ett skvatt utöver vad en vanlig dykbåtsbesättning kan göra (ge syrgas). På DAN vet man allt detta redan.

Kanske hade också den amerikanska ambassadören låtit mig åka med militärplanet om jag hade haft DAN-försäkring, detta hörde jag bara ryktesvägen. Varför förstår jag inte riktigt, men någon påstod att det var så. Eftersom det här med ljusen på landningsbanan hindrade plan från att landa på natten skulle det emellertid bara kunna ha gjort några timmars skillnad.

Helt klart är att om jag åker på dyksemester igen, så ska jag skaffa DAN-försäkring. Det verkar i alla fall vara en dörroppnare, och saker och ting skulle förmodligen gå mycket fortare och smidigare. När det gäller transport till tryckkammare så är ju trots allt varje timme dyrbar.

#### - Kritik

Som jag sade förut så försöker jag inte skylla ifrån mig på något sätt. Jag är själv helt ansvarig för vad som hände. Jag har öppet erkänt vilka misstag jag har gjort där jag borde ha förstått bättre. *Men*, jag tycker ändå att det finns saker inom sportdykarvärlden som skulle kunna göras för att minska risken för att sådana här saker händer.

Först och främst i utbildningssystemet. I PADI OW-kursen nämndes det kort om dykdatorer och att de finns, men de nöjer sig med att konstatera att man inte bör använda dem alls. Använd bara tabeller. Punkt. Jag tycker inte att det duger riktigt. Verkligheten är att vart man än åker så använder i stort sett alla dykdatorer. Vill man följa med måste man också ha en dykdator, annars får man stanna på land, så är det bara. Vore det för mycket begärt att man fick lära sig lite mer om hur de fungerar, deras begränsningar och vad man bör tänka på? Som det är nu får man mer eller mindre gissa sig till hur man gör, och det kan aldrig vara lyckat. Bara de sakerna som jag har lärt mig om dykdatorer under hela den här historien hade jag *väldigt gärna* velat veta innan, då kanske det aldrig hade hänt.

Sedan dykdatorerna. Om det nu är så bristfälliga data som de bygger på som det sägs så undrar jag hur man överhuvud taget kan tillverka dem? Om nu dessa time-to-deco-tider ändå är helt uppåt väggarna, varför använder man då inte bara bottom timers, som anger tid och djup, men inte gör anspråk på att veta hur länge man kan vara nere innan man måste börja göra deco-stopp???

Och så säkerhetspolycyn på båtarna, då. Även om jag nu har den fantastiska besättningen på Aggressor att tacka för om inte mitt liv så åtminstone min hälsa och tillfrisknande, så undrar jag om det är så lyckat att köra på såpass lösa boliner som de gör. Visst, dyken därnere på Truk är inte för nybörjare, men ändå. När man planerar in så tätt mellan dyken som dessutom är ganska djupa så spelar man faktiskt på marginalerna på ett sätt som nog inte är helt nyttigt. När jag tänker efter så hade jag nog inte klart för mig i förväg att dyken skulle bli så djupa som de blev. I reklamen för dyksafarin stod det inget särskilt om att man måste vara en erfaren djupdykare, inte vad jag kan hitta så här i efterhand eller vad jag kan minnas på rak arm. Alla på båten hade *inte* minst PADI AOW-cert eller motsvarande djupdykningscertifikat, det är jag säker på (jag har det iofs, och jag vet att några andra var Nitrox-certifierade, detta är allt jag vet om nivån på certifieringen på min liveaboardOch *om* det nu var så att efter att detta hände mig, att man då inte skärpte tonen mot de kvarvarande dykarna på båten, eller åtminstone bad dem vara försiktiga, i så fall tycker jag det är anmärkningsvärt. Vad som egentligen sades och gjordes när jag lämnat båten är ju dock lite oklart, så jag vill uttrycka mig lite försiktigt här. Allt detta gäller säkert många andra dykoperatörer också, inte bara Aggressor, så detta är inte speciellt riktat till dem på något sätt.

Sammanfattningsvis så tycker jag att om dessa ovan nämnda instanser (utbildarna, datortillverkarna, dykoperatörerna), vore mindre inriktade på att till varje pris hålla ryggen fri så att ingen kan stämna dem och mer på att dela med sig av sin kunskap och se till att alla dyker så säkert de kan, så vore mycket vunnit.

Detta är min ej så ödmjuka åsikt, och den kommer från en som visserligen ofrivilligt, men trots allt har fått en ganska god inblick i vad som faktiskt kan hända när man är ute och dyker, och det kan hända även om man själv inte just då tycker att man har varit speciellt oförsiktig.

Tack för att du tog dig tid att läsa hela min historia. Glöm nu inte att dyka försiktigt i fortsättningen, annars kan du, vilket vi har lärt oss av denna historien, mycket väl sätta åtminstone din framtida dykarkarriär på spel, kanske mer...