



# adoptivfamiljer

MEMBERSHIP FOR THE FAMILY ASSOCIATION FOR INTERNATIONAL ADOPTION NR 1 2014



# Sädesärlan har landat

**N**u är vi redan en bit på väg in i 2014 och som vanligt rusar tiden iväg. När vi sammanfattar 2013 kan vi med glädje konstatera att FFIA förmedlade 18 barn. Vi hoppas att familjerna nu i lugn och ro kan lära känna sina nya familjemedlemmar och att barnen ska få den mjukstart de så innerligt behöver i sina nya liv. Vi önskar dem allt gott inför framtiden. Och för alla familjer, stora som små, glöm inte att ta del av den viktiga och intressanta information som finns att läsa gratis i vårt Månadsblad. Läsvärd informationen finns också i de små häftena i Skriftserien som går att beställa. Du hittar all information om detta på [www.ffa.se](http://www.ffa.se)

På kontoret pågår arbetet med att överföra och slutföra pågående adoptioner så att det ska bli så bra som det är möjligt för familjerna. Några adoptioner kommer att genomföras under 2014, men antalet adoptioner till Sverige fortsätter att sjunka och jag är övertygad om att vi fattade ett riktigt beslut att avveckla förmedlingsverksamheten. Nu går vi vidare och i styrelsen planerar vi för vårt fortsatta arbete med medlemsverksamheten och biståndet.

Den 10 maj är det dags för vårt årsmöte. Mary Juusela som just lanserat sin nya bok "Den stora återresan", om fem familjers återresor till barnens ursprungsländer, kommer till årsmötet för att berätta. Förutom årsmötets vanliga förhandlingar kommer det också att ges tillfälle att samtala om FFIA:s framtid. Styrelsen planerar också att efter sommaren genomföra en medlemaktivitet med framtiden i sikte.

Biståndsarbetet i Kina har nu för tredje gången genomfört ett utbildningsseminarium i november i Guangzhou för barnhemspersonal från hela Kina. Vår förhoppning är att många barn med ortopediska problem ska kunna bli hjälpta av de kunskaper deltagarna får. Denna gång var det en ortopedtekniker från Örebro och en ortopedingenjör från Göteborg som delgav deltagarna i Kina sina praktiska och teoretiska kunskaper.

Inom biståndet och medlemsverksamheten finns mycket att arbeta vidare med, och vi ser med tillförsikt fram emot kommande verksamhet.

Nu har sädesärlan landat på Vinön och kvällarna blir längre och ljusare. Med detta värtecken vill jag hälsa er alla hjärtligt välkomna till vårt kommande årsmöte.

*Carin Fremling*

Ordförande FFIA



Biståndsarbete i Kina



## VI ADOPTIVFAMILJER

Medlemstidning för

**FAMILJFÖRENINGEN FÖR  
INTERNATIONELL ADOPTION**

## ANSVARIG UTGIVARE

Carin Fremling

## REDAKTION

Ing-Marie Söderberg

Råby 35

755 94 Uppsala

018-31 74 04

tillraby@telia.com

Kerstin Krebs

kerstin.krebs@telia.com

Rinki Hulth

rinki.hulth@gmail.com

Pia Ernlo

pia.ernlo1@telia.com

Maria Säaw

saaw\_maria@yahoo.se

## MATERIAL TILL TIDNINGEN

SKICKAS TILL

Ing-Marie Söderberg,

adress se ovan

## OMSLAGSBILD

Frida Lyngegård och

Kristin Borneling är tvillingar,

men växte upp utan kännedom

om varandra. Läs om deras

återförening på sidan 4





## Vi Adoptivfamiljer nr1/2014

Ledare - sid 2

Tvillingarna som återförenades - sid 4

Vi blev en annorlunda familj - sid 6

Om mjölkallergi och laktosintorelans - sid 8

Mary Juusela om den stora återresan - 10

Bortvald som förälder - sid 12

Notiser - sid 14

Bli donator! - sid 15

Årmöte och framtidsmöte - sid 16



Boken om Den stora Åtterresan har kommit! Sid 10



Hur hanterar man att barnet knyter an till bara den ena föräldern? Sid 12

## Barn- och ungdoms- försäkring för adoptivbarn

Nu erbjuds alla adoptivbarn - de som kommit tidigare och de som kommer idag - en sjuk- och olycksfallsförsäkring.

- Försäkringsbelopp 1 200 000 kr
- Läke-, rese- och tandskadekostnader ingår (3% av ett pbb\* i självrisk vid sjukdom)
- Skadade kläder och glasögon upp till 0,25 pbb\*
- Dagsersättning vid sjukhusvård 200 kr/dag
- Kostnadsersättning upp till 50 000 kr/år i högst tre år
- Ersättning för hjälpmedel upp till 3 pbb\*
- Dödsfallsersättning 50 000 kr
- Krishjälp – för barn och familj upp till 10 behandlingar

Alla barn som under året adopteras genom föreningens försorg omfattas av skyddet till och med 2014-12-31 som en del av adoptionsavgiften. Därefter erbjuds fortsatt försäkring individuellt för varje familj.

I fortsättningsförsäkringen ingår alla familjens barn upp till 25 års ålder till en premie om 180 kr per månad för samma skydd som ovan.

Försäkringsgivare är Förenade Liv och försäkringen administreras av Allians Försäkringsmäklare. För mer information ring 08-700 51 70 eller email: [info@allians.com](mailto:info@allians.com)

*\*Prisbasbeloppet (tidigare Basbeloppet) enligt lagen om allmän försäkring (1962:381) räknas fram på grundval av ändringarna i det allmänna prisläget. Enligt gällande bestämmelser anges detta av utvecklingen av konsumentprisindex och fastställs för helt kalenderår. Prisbasbeloppet avrundas till närmaste hundratal kronor.*



De indiska tvillingflickorna Frida och Kristin skiljdes åt som ettåringar när de adopterades till var sin svensk familj. De visste inget om varandra förrän de möttes igen som vuxna. Nu berättar de sin levnadshistoria på scenen.

# Syster min

Det är en av de sista dagarna i mars. Solen glittrar över Vättern när jag träffar Frida Lynggård och Kristin Borneling på Kulturhuset Spira i Jönköping. Det är mycket folk där just då och det är märkligt nog Frida som hittar mig, irrandes omkring med min rullväska, trots att hon ju inte vet hur jag ser ut.

Frida och Kristin skiljer sig mera från mängden, och de ser nästan likadana ut. Dock har jag inte svårt att skilja dem ifrån varandra, och jag undrar om de hade varit mera identiskt lika om de växt upp tillsammans?

**FRIDAS OCH KRISTINS HISTORIA** börjar i oktober 1980 då de föddes på ett sjukhus i Madras (Chennai). Om mamman vet de bara att hon var mycket ung och att hon bodde på barnhemmet Faith Home före och efter förlossningen. Av någon okänd anledning adopterades de till olika familjer

ett år senare. Kristins föräldrar fick veta att det fanns en tvilling, men kom ingenstans när de försökte göra efterforskningar.

Barnen växte upp ovetandes om varandra, i Östergötland och Småland. Jämförelsevis nära varandra med andra ord, och under ganska likartade förhållanden på landsbygden, med var sin adopterad storebror.

Hur mycket indisk identitet hade ni när ni växte upp?

– Jag hade inga kontakter med andra indiska barn eller med Indien, säger Frida. Vi pratade om Indien, och jag var intresserad men kände mig inte särskilt indisk som person.

Kristin säger att de pratade om Indien ibland hemma.

– Dock pratade vi inte så mycket om att resa tillbaka, något vi ändå gjorde senare, hela familjen.

Frida minns att hon under uppväxten funderade mycket på om hon hade syskon någonstans.

Märkligt nog var hon väldigt intresserad av just tvillingenskap, favoritböckerna var de om tvillingarna på Sweet Valley High.

Kristin tittade

**Repetition av SYSTERmin.** Kristin berättar om när hon träffade sin syster. På bilden bakom är de 18 år.

på TV-serien Maharadjans dotter som hon tyckte var spännande.

Vid ett tillfälle när de var i högstadietiden var det nära att de träffades. Frida var på ett musikläger som Kristin också skulle ha varit med på. En kompis till Kristin var däremot med, och han talade gång på gång om för Frida att hon hade en dubbelgångare, kanske en syster.

Dock dröjde det ända tills de var 18 år innan de äntligen kunde återförenas.

**IDAG BOR BÅDA I** Jönköping. Kristin arbetar som kursföreståndare för en bibelskola i Pingstkyrkan, Frida är doktorand på Hälsohögskolan. De bor nära varandra, umgås ofta, enskilt och familjevis. Det verkar som om de tar igen vad de förlorat under uppväxten.

Föreställningen SYSTERmin har de jobbat hårt med, ”så mycket arbete för att det ska bli rätt budskap”.

De började skriva förra våren, och hade två utsålda föreställningar i höstas.

– Det har varit så fantastiskt roligt att jobba tigt ihop, säger Frida.

Systrarna erbjuder, utöver föreställningen SYSTERmin, föreläsningar och temaarrangemang där de utifrån önskemål och med utgångspunkt i deras berättelse talar om systerskap, identitet, ursprung/ arv och miljö, syskonskap, tvillingenskap, att vara adopterad, att möta och att mötas och att behålla fokus när livet bjuder på det oväntade.

– Vi anpassar vinkeln efter målgruppen, säger Kristin.

Frida och Kristin tänker sig resa runt med föreställningen. De har märkt ett stort intresse, många fascinerar av historien. Det har även tänkt att det ska bli en bok så småningom.

– Även om man inte har en liknande historia som vi finns det ändå mycket man kan känna igen sig i, säger Frida.





**FÖRSTA FÖRESTÄLLNINGEN DEN HÄR** fredagen i mars är redan slutsåld när jag ska boka, så det får bli den andra. När jag ser mig om i teatercaféet ser det ganska fullt ut på den också.

Själv har jag ett "egenintresse" eftersom ett av mina barn också kommer från Faith Home, men jag undrar vad det är som lockar så många andra? Det är tydligen något fascinerande i historier om ursprung, om att hitta anhöriga man inte visste om, om hur man hanterat ett syskonskap man får som vuxen ...

Frida och Kristin berättar sin historia rakt upp och ned utan krusiduller eller roliga skämt. De spelar en låt på fiol och piano, och en gitarrist spelar enkla musiklingor som ger tid för eftertanke. En och annan replik framkallar skratt, men mest verkar publiken gripen.

**ROLIGT ÄR DET NÄR FLICKORNA** får reda på att de har en tvillingsyster ... Tänk om hon talar skånska och gillar hårdrock! Och andra tanken: Vad ska jag med henne till? Jag har ju redan ett syskon.

Första mötet sker på neutral plats. Båda familjerna har röd Saab. Frida tänker ett snabbt ögonblick: Någon har tagit över mitt liv!

Och så möts de då ... Hur kan det kännas att se någon som ser (nästan) likadan ut? Ska jag ta i hand – eller kramas? Det blir kram. Bara det att inte behöva stå på tå för att kramas! Första sommaren ägnade de sedan åt att lära känna varandra, byta kläder, lura andra ...

**BÅDE FRIDA OCH KRISTIN HADE** varit på egna resor till Indien när de gör en gemensam återresa 2005. Mötet med Indien illustreras på scenen med ljud av trafikbrus, tutande bilhorn ... bara dofterna fattas. Vi som varit där känner omedelbart inget oss.

Systrarna bor tillsammans på Faith Home, som de gjorde hela första levnadsåret. I föreställningen berättar de målade om hur de också besöker den förlossningsavdelning där de fötts 25 år tidigare. Det är chockerande primitivt och de tillåts märkligt nog närvara vid en förlossning där en liten flicka föds, till besvikelse för föräldrarna.

I en gammal skrivbok som fungerat som förlossningsjournal kan de se sina egna födelsedata.

Vad vet de om mamman? Ja, de har ett förnamn, men troligtvis gömdes hon

undan på barnhemmet under sista delen av graviditeten. Hon lämnade sina barn där bara några dagar efter att de fötts.

"Hon svepte den gröna sarin om sig. Öppnade porten och klev ut på gatan, lämnande sina döttrar – och skammen - bakom sig!" Så hörs ljudet av en port som slår igen och publiken blir lite tagen.

Frida och Kristin har naturligtvis undrat vad mamman kände och känner. Tänker hon på sina flickor någon gång?

**FÖR ATT FÅ VETA MER OM DEN ANDRAS** uppväxt har Frida och Kristin tittat i varandras fotoalbum. Frida tyckte under en tid efter att hon mött Kristin igen att det var som om någon fattas på fotona.

Det är klart att de tycker att det hade varit fint att få växa upp tillsammans, men någon bitterhet känner de inte.

– Idag känner jag att jag accepterar att det är så här mitt liv blev. Och vi är båda så oerhört tacksamma över att ha träffats till slut. Vi får ut så mycket positivt av att ha varandra, säger Kristin. Och vi tycker lika om väldigt mycket, men inte allt!

Frida instämmer.

– Kristin förstår mig på ett alldeles särskilt sätt, som ingen annan gör. Ibland kan jag märka det bara genom en blick.

Ing-Marie Söderberg



Vi blev en annorlunda familj än vi hade tänkt oss. Vi har haft perioder när vi varit bittert avundsjuka på alla normala, vanliga familjer. Men vi har börjat inse att de flesta familjer har sina egna problem, fast man kanske bara ser en lycklig yta utifrån.

# Lina och Sanna

**V**i träffades på dansgolvet och blev förälskade. Efter ett par år flyttade vi ihop, förlovade oss och försökte få barn. Några IVF-försök och ett bröllop senare bestämde vi oss för att adoptera.

Vi läste Madeleine Katz, gick en adoptionskurs och kom fram till att Kina kunde passa bra. Fem år efter att vi flyttat ihop fick vi vårt efterlängtnade barnbesked. Vi såg ett foto på vår blivande dotter för första gången: hon hade runda kinder, en lustig hårtofs och ett lite ängsligt ansiktsuttryck. Nu skulle vi bli som alla andra familjer.

Vår Lina var tio månader och ganska bastant, men uppförde sig som ett mycket yngre barn. Hon var rätt gladlynt och nyfiken, men hade väldigt dålig motorik; kunde inte sitta utan stöd, kunde inte heller krypa först utan ålade sig fram med möda. Men hon hade ju vuxit upp på barnhem, förmodligen liggande i en

spjålsäng utan särskilt mycket mänsklig kontakt och omvårdnad. Vi tänkte att hon skulle komma i kapp så småningom i det trygga Sverige, med hjälp av vår omsorg och uppmuntran.

**OCH HON GJORDE FRAMSTEG.** Efter några månader av ålande lärde hon sig att krypa. I början var hon så lycklig att kunna ta sig fram snabbare att hon riktigt daskade handflatorna i golvet. Men hon fick inte knäna över trösklarna i början, utan lade sig då på mage och drog sig fram. Till slut lärde hon sig att gå själv, efter att i många månader ha tultat omkring med båda händerna stadigt i mammas eller pappas händer.

Vi gick med henne på öppen förskola och barnrytmik, och lät henne börja på dagis när hon var tre år. Men vi märkte att hon inte lekte självmant med andra barn.

De andra barnen lekte spontant med

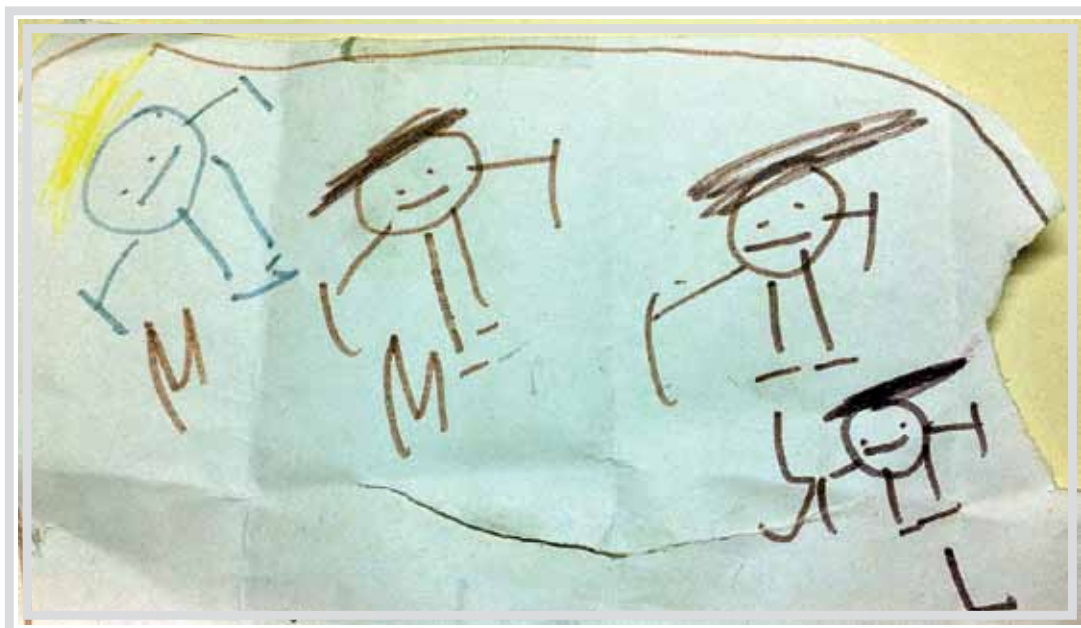
varandra, medan Lina höll sig till oss, eller höll sig för sig själv.

Inskolningen på dagis blev en mar-dröm. Lina blev skräckslagen när vi försökte lämna henne, och inskolningsperioden blev evighetslång innan Lina kände sig trygg. Vi tänkte att hon bara var blyg och otrygg. Hon hade ju kommit ikapp bra motoriskt, och även hennes språkutveckling gick rätt så bra, med tanke på att hon inte hade hört svenska förrän hon var tio månader. Vi trodde hon skulle komma ikapp även socialt.

**FAKTIKT GILLADE HON ORD** på ett ganska ovanligt sätt, hon liksom smakade på dem och lyssnade på dem, utan att bry sig så mycket om vad de betydde. När vi läste "Nicke Nyfiken på sjukhus" för henne, så skrattade hon alltid på fel ställen. Att Nicke tjuvåkade rullstol och ställde till med kaos på sjukhuset var inte alls roligt, men att läkaren sa "vår lille patient" eller "han är snart på benen igen", det var roligt. "På benen", hi hi hi!

Till slut var Lina ganska trygg på dagiset, och vi hade ansökt om att få adoptera ett barn till. Någon månad innan vi skulle hämta lillasyster blev vi kallade till ett möte på dagis. Personalen ville diskutera hur det stod till med Lina, eftersom hon konver-

... vi hade inte tänkt så mycket på Linas oför-måga att lägga pussel eller rita annat än enkla huvudfotingar ...





serade på så konstigt sätt, och inte lekte med andra barn. De ville låta en psykolog observera Lina på dagis, vilket vi gick med på, förstås.

Men först skulle vi till Kina igen och hämta lilla Sanna. Resan blev rätt jobbig för Lina, men det fanns ett bollhav på hotellet, och en park med små radiobilar som spelade julsånger, så det fanns vissa ljuspunkter.

Lilla Sanna var mycket intresserad av Lina, och Lina ville gärna få en syster.

När vi var hemma igen trivdes flickorna tillsammans. Lina tyckte det var roligt att mata Sanna med gröt, och Sanna tyckte det var lika roligt.

Men psykologen började sin utredning, och Lina fick också gå till en logoped som skulle kontrollera hennes ordförråd. Logopeden tyckte att Lina hade ett normalt ordförråd, men psykologen trodde att Lina kunde ha autism.

**AUTISM? VI BLEV RÄTT STÄLLDA.** Men han medgav att han som psykolog inte formellt kunde ställa diagnos – det krävs en psykiater till det. Vi fick en remiss till en barnläkare som remitterade oss vidare till BNK (Barnneuropsykiatriska kliniken) som skulle göra en riktig utredning. Under tiden var vi hos en annan psykolog på BVC, som inte kunde tro att Lina hade autism.

Vi trodde inte heller på det. All vår kunskap om autism kom från filmen ”Rain Man”, och Lina var inte särskilt lik Dustin Hoffman. Hon kunde tala långa meningar, hon tyckte om människor, inte kunde hon ha autism! Det var nog bara en inkompetent psykolog vi hade råkat ut för, tänkte vi.

Men vi började läsa på lite om autism, bara för säkerhets skull, och började tveka. Jag (pappan) minns när jag låg vaknen en hel natt och tänkte: Visst har hon autism! Det är för mycket som stämmer för att det ska vara en tillfällighet. Då var Lina fem år. Jag försökte föreställa mig framtiden, men den kändes väldigt mörk.

**UTREDNINGEN** bekräftade att Lina hade autism. Och dessutom lindrig till måttlig utvecklingsstörning – det var vi inte beredda på. Barn med autism har ofta en väldigt ojämn begåvningsprofil, och Linas ganska goda språkförmåga gjorde att vi inte hade tänkt så mycket på hennes oförmåga att lägga pussel eller rita annat än enkla huvudfotingar.

Men vi fick reda på att med en riktig diagnos fanns det också hjälp att få från samhället, via LSS-lagen. Och visst fanns det hjälp att få, men det var inte så att oerhört kompetenta psykologer och pedagoger kom springande till oss, som vi hade hoppats. Vi måste först ansöka om hjälp hos en socialsekreterare, och de som skulle hjälpa oss var inte alltid särskilt kunniga i autism.

#### VI MÅSTE OCKSÅ ANSÖKA

OM en plats i särskolan, och först vi avslag. Autism var inte tillräckligt för att få gå i särskolan, och den språkliga utvecklingen var ju nästan normal, tyckte intagningsnämnden. Så vi fick be BNK att skriva ett förtydligande innan Lina fick sin plats på särskola.

På den vägen är det. Lina är nu tonåring. Det visade sig att Lina hade tur och kom till en särskoleklass med mycket duktiga lärare, specialister på autism. Där har hon utvecklats mycket. Andra stödinsatser har varit ”avlösare”, det vill säga kommunala barnvakter som tagit hand om Lina regelbundet.

Lina fick också bo hos en stödfamilj var fjärde helg, men efter ett år ville familjen inte fortsätta. Då fick Lina vara på lägerverksamhet i stället, men hon trivdes aldrig bra där. Efter lång väntetid kunde vi slutligen ersätta lägren med ett korttidshem (som hade en prisbelönt chef). Där stormtrivs Lina.

**DET ÄR SVÅRT ATT BESKRIVA** Lina som människa. En glad skit, kan man väl säga. När hon är utvilad, mätt och inte orolig för något, så är hon världens raraste tös. Hjälpsam, nyfiken på andra människor, sitter gärna och konverserar.

Hon har aldrig riktigt fått jämnåriga vänner, utan talar helst med vuxna. Hon tycker om att röra på sig, cykling, simning och rullskridskor står högt i kurs.

Det är många saker hon är rädd för. Oväntade plötsliga ljud är hemska, så toaletter med varmluftshandtorkar är ett problem, särskilt de som har fotocell och sätter igång bara man är två meter ifrån.

Hundar är farliga, för man vet aldrig när och om de ska skälla, och ballonger vet man aldrig om de ska smälla, och fåglar kan flaxa i ansiktet, och döda fåglar är läskiga. Och riktigt hemskt är

... här har vi en småbarnstid som varat i femton år och verkar fortsätta ...

att vara ensam. Det står inte på kartan att Lina är hemma ensam, mer än kanske några minuter i nödfall. Så vi föräldrar har inte många möjligheter att umgås bara vi två. Det är klart att småbarnstiden är sådan i alla barnfamiljer, men här har vi en småbarnstid som varat i femton år och verkar fortsätta.

Under årens lopp har Lina även fått diagnoser ADHD och Tourettes syndrom. ADHD:n får hon mediciner för, som hjälper mycket bra. Touretten är svårare att behandla, verkar det. Särskilt första morgontimmen, innan ADHD-medicinen klickar in, översköls vi av en ström av fula

ord. Lyckligtvis är hennes fula ordförråd på en sexårsnivå. Hon tror fortfarande att Veronica Maggio sjunger ”Tjatan i gatan”.

**LINA ANVÄNDER NU TRE** sorters medicin som fungerar bra. Under ett års tid prövade vi även tre andra typer av medicin, men den ena gav henne nässelutslag, den andra gjorde henne extremt uppskruvad och övervarvad, och den tredje, som skulle tas i några månader innan den fick bra effekt, gjorde henne mest olycklig, nedstämd och lynnig. Det var en lättnad att sluta med den och se den vanliga glada Lina komma tillbaka.

Vår lilla kloka Sanna växte upp och blev med tiden som en storasyster till Lina. En sommar fick vi ett svalbo i en stupränna, och Lina blev skräckslagen av de snabba fåglarna. Men Sanna visste att Lina förstod bildscheman bättre än muntliga förklaringar, så hon ritade en bild av Lina och svalan, och skrev sedan omsorgsfullt: ”Fågeln flyger bara förbi. Lina inte rädd.”

Som Lina brukar säga: ”Det är tur vi hämtade Sanna!”.

**AVLÖSARNA OCH KORTTIDSHEMMET** ger oss mer tid ensamma med Sanna, vilket behövs; även när Lina är god och glad tar hon oerhört stor plats i tillvaron.

Vi är tacksamma för samhällets stöd, men det hade gärna fått vara mer smärtfritt. Det är inte givet att ens socialsekreterare berättar vilka stödinsatser som

man kan ha rätt till, eller kan ge information om exempelvis vilka korttidshem som finns i kommunen. Man måste läsa på själv för att kunna ställa krav.

En nitisk socialsekreterare beslutade plötsligt att bara bevilja hälften så många avlösartimmar.

Det var bara att bita ihop, skriva ner vår egen version av vårt liv, samla intyg från höger och vänster, och skicka in en

överklagan till Förvaltningsrätten – som gav socialsekreteraren rätt. Men skam den som ger sig, en ny överklagan till Kammarrätten gav oss rätt. Bara synd att det skulle ta ett år att få rätt.

Nåja. Vi blev en annorlunda familj än vi hade tänkt oss. Vi har haft perioder när vi varit bittert avundsjuka på alla normala, vanliga familjer. Men vi har börjat inse att de flesta familjer har sina

egna problem, fast man kanske bara ser en lycklig yta utifrån.

Och bland de barn med autism vi har träffat, och det är många nu, måste man säga att Lina är unik med sin humor, glädje och omtänksamhet.

Linus familj

*(Lina och Sanna heter egentligen något annat.)*

# Mjölkallergi och laktosintolerans

## Vad är skillnaden emellan laktosintolerans och mjölkallergi, och vad kan det betyda för våra barns hälsa?

**M**jölkallergi – eller egentligen komjölkproteinallergi – innebär att en person är allergisk mot något protein i mjölk. Den skiljer sig från laktosintolerans i och med att den beror på brist på enzymet laktas, som bryter ned mjölksocker, och att det vid mjölkallergi är ett protein man reagerar immunologiskt på.

Hur svår allergi man har är individuellt. Vissa klarar av att förtära små mängder mjölk utan märkbar reaktion, medan andra kan behöva intensivvård på sjukhus vid samma intag av mjölk.

I sällsynta fall kan en person vara så allergisk att den har kontaktallergi mot mjölk eller kan reagera på ångor av mjölk från kokkärl.

**DET ÄR VANLIGT ATT SMÅBARN ÄR** allergiska mot mjölk, men att allergin försvinner inom något eller några år. Mer sällan sitter allergin i upp till vuxen ålder och i vissa fall växlar personen mellan att vara allergisk och att inte vara det (denna variant av sjukdomen uppträder oftast i barndomen).

Symptomen är bland annat magsmärter, hudutslag, diarré, kolik, extrem klåda, eksem (ibland vätskande, hudförändringar), astma (kan i sällsynta fall bli livshotande), kräkningar.

De vanliga enkla allergitester som

finns, såsom pricktest och immunoglobulin E-test (RAST), kan varken bevisa eller motbevisa förekomsten av kliniskt relevant komjölkallergi.

**VID MJÖLKALLERGI UTESLUTER MAN** helt enkelt mejeriprodukter ur kosten. I stället för mjölk kan exempelvis kokos- eller mandelmjölk, eller havre-, risdryck användas. Läkare rekommenderar för mjölkallergiska spädbarn att de inte ska äta sojaprodukter eftersom sojaprotein och mjölkprotein liknar varandra, och att vissa mjölkallergiker även utvecklar sojallergi. Ibland kan getmjölk tolereras bättre än mjölk från nötkreatur.

Många hygienartiklar som tvål, schampo och dylikt innehåller mjölkprodukter och de bör undvikas av dem som har kontaktallergi.

Det är ganska stor skillnad mellan att vara allergisk, intolerant eller överkänslig mot ett ämne. Men symptomen liknar ofta varandra, och för den som blir dålig av det man har ätit kan det kännas lika illa. När det gäller mjölk kan man kortfattat säga: allergisk = nej tack till mjölk! laktosintolerant = ja, det kan funka med mjölk!

**DE FLESTA SOM INTE** klarar av att äta mjölkprodukter är laktosintoleranta. Faktum är att majoriteten av världens befolkning är laktosintolerant, medan bara tre-

fyra procent av Sveriges befolkning är det. Det naturliga för kroppen är att man dricker mjölk som barn och sedan minskar mjölkintaget. Därför minskar också enzymet laktas efterhand i tunntarmen.

När man får i sig mjölkprodukter bryts mjölksockret – laktosen – ned i tunntarmen med hjälp av enzymet laktas. Då bildas sockerarterna glukos och galaktos som lätt tas upp av kroppen. Har man för lite laktas för att kunna bryta ned laktosen helt, fortsätter laktosen in i tjocktarmen. Här suger den åt sig rikligt med vätska från vävnaderna runt tarmen och börjar jäsa. Det gör att innehållet i tarmarna sväller och de rör sig snabbare. Vid jäsningen bildas bland annat vätska, ättiksyra och koldioxid. Magen börjar kurra, man kanske får diarré eller skummande avföring som luktar surt, magont och mår illa – inget trevligt, med andra ord!

**DET ÄR INTE ALLTID MAN FÅR** så uttalade symptom vid laktosintolerans, utan man kan känna sig allmänt i obalans i kroppen och ha diffusa symptom som kan vara svåra att koppla till att man har ätit mejerivaror. Det är ganska vanligt om man har varit laktosintolerant en längre tid utan att veta om det. Hur mycket man reagerar beror på hur mycket av enzymet laktas man har i tarmarna, om man har fått i sig syrade eller obe-



handlade mjölkprodukter, och hur lång tid det tar att smälta maten.

Besvären kan komma direkt men det kan även dröja många timmar. Reaktionen kan också bli olika stark beroende på hur mycket laktos man har fått i sig de senaste dagarna. Om kroppen redan är stressad av laktos klarar man mindre mängder per gång. Många laktosintoleranta klarar minst en deciliter mjölk om dagen.

I syrade produkter som fil och yoghurt och i hårdostar är en stor del av laktosen redan nedbruten. Därför är dessa produkter mer lämpliga för laktosintoleranta än till exempel ett glas mjölk eller en chokladkaka.

**SOM LAKTOSINTOLERANT KAN MAN** hjälpa kroppen genom att bryta ned laktosen, mjölksockret, redan innan man äter. Det kan man göra själv genom att använda särskilda tabletter med enzymet laktas. Dessa kan man tillsätta direkt i maten eller ta samtidigt som man äter laktoshaltig mat. Då bryts laktosen ned och man slipper jäsningen i magen. Tabletterna finns att köpa på apotek eller i hälsokostaffärer.

I de flesta livsmedelsaffärer finns flera sorters låglaktos- eller helt laktosfria produkter. Det är vanliga mejerivaror där man har tillsatt laktas. Eftersom mjölksockret redan är nedbrutet smakar de lite sötare än vanliga mejerivaror.

I syrade produkter som filmjölk och yoghurt, samt i ostar som har lagrats mer än tre månader, har laktosen brutits ned helt eller till stor del och de är naturligt låglaktoshaltiga.

**ALLERGISK MOT MJÖLK BLIR** man oftast redan som litet barn, men man kan även utveckla mjölkallergi som vuxen. Några barn reagerar redan vid amningen om mamman har ätit mjölkprodukter.

Mjölkallergi kan visa sig på olika sätt och det kan vara svårt att koppla symptom som envisa eksem eller grinigt humör till att man äter mjölkprodukter. Det gör att en del inte får någon diagnos och alltså mår sämre än vad de egentligen behöver göra.

När man som mjölkallergiker får i sig mjölk reagerar kroppens immunsystem mot proteinerna (äggviteämnena) i mjölken. Reaktionen kan komma omedelbart efter man har fått i sig mjölkprotein, men

den kan även dröja i flera dagar beroende på vilka symptom man får.

Vissa kan reagera på ytterst små mängder, medan andra får symptom först när de varit utsatta för mjölk i flera dagar. De flesta mjölkallergiker växer ifrån sina besvär och kan börja äta mjölkprodukter i skolåldern. Men för en del fortsätter allergin och man får då fortsätta att undvika mjölkprodukter.

**DE ALLERGISKA SYMPTOMEN KAN** visa sig i hela kroppen. Ett eller flera symptom kan komma samtidigt och med olika intensitet. Det gör att den allergiska reaktionen kan skilja sig mycket åt från person till person. Vid mycket svår mjölkallergi kan man reagera så starkt att man får en allergisk (anafylaktisk) chock och behöver läkarvård omedelbart.

Symptomen vid mjölkallergi kan delas i fyra större grupper:

- Hud: eksem, hudrodnad, klåda, nässelutslag och svullnad.
- Mage-tarm: diarré, förstoppning, kolik, kräkning, magont, blod i avföringen och svårt att ta upp näring.
- Luftvägarna: astma, hosta och snuva. Det råder olika åsikter om mjölkallergi kan ge inflammation i mellanörat eller inte.
- Allmänna besvär: allmän irritation, gråt, huvudvärk, håglöshet, oro, rastlöshet, slöhet och överaktivitet.

**MAN KAN STÄLLA DIAGNOS** på flera sätt. Det vanligaste är att man tillsammans med läkare utesluter alla mjölkprodukter ur kosten för att sedan testa en liten mängd. Det ska då bli en tydlig skillnad i hur man mår när man tar bort och sedan tillsätter mjölkprodukter.

Man kan även göra allergitester genom pricktest eller blodprov. Då ska det ge en reaktion när huden eller blodet utsätts för mjölkprotein. Det är dock inte en helt säker metod eftersom alla inte ger utslag på allergitester. Det säkraste sättet är att lyssna på kroppen – mår man dåligt när man får i sig mjölk så ska man undvika det.

Om det visar sig att du är allergisk mot mjölk ska du undvika mjölkprodukter helt för att må bra. När du varit utan mjölk ett tag kommer du förhoppningsvis känna att du är i bättre balans. Det

händer att man känner att man plötsligt klarar mer av andra livsmedel som man är känslig mot – det är för att kroppen inte längre är utsatt för den dagliga stressen som mjölken har inneburit.

Soja används ibland som ersättning vid mjölkallergi, men mjölkallergiker kan utveckla allergi även mot soja, som är en baljväxt. Därför är det säkrast att även undvika att ge sojaprodukter till små barn. Prata gärna med din läkare om vad som är bäst för dig eller ditt barn.

**FÖR SPÄDBARN OCH SMÅ BARN** är det extra viktigt att de får i sig alla näringsämnen de behöver för att kunna växa och utvecklas normalt. Därför kan små barn få olika mjölkersättningar utskrivna på recept av läkare.

Den som är allergisk mot mjölk kan använda produkter baserade på till exempel havre och ris som ersättning för mejeriprodukter. Tål du soja finns det även bra sojaprodukter. Flera av produkterna är berikade så att de innehåller samma mängd A- och D-vitaminer och kalcium som mjölk.

För er som vill veta mer om detta, rekommenderar jag nedanstående sida:  
[www.matnyttig.se/](http://www.matnyttig.se/)

Pia Ernlo



Alla har en historia. För vissa är den ännu kvar att upptäcka. I Den stora återresan färdas fem adoptivfamiljer tillbaka till ursprunget. Mary Juusela välkomnar dig att följa med på äventyret.

# Den viktiga livsresan

Alla är vi nyfikna på varifrån vi kommer. Kanske adoptivbarn mer än andra, tror Mary Juusela. I sin nyligen utkomna bok *Adoption: Den stora återresan* skildrar Mary sina möten med fyra adoptivfamiljer under totalt tre års tid före, under och efter deras livs resor

**FÖR MÅNGA ADOPTIVBARN** är framtiden ett livslångt sökande efter det som varit, menar Mary. Att vilja veta varifrån man kommer och från vem är allmänmänniskt, men inte självklart. Samtidigt möter adopterade ofta frågor från omgivningen om de ”riktiga” föräldrarna. Har du varit tillbaka, vill du söka dina rötter?

Frågorna om tillhörighet och identitet är privata och svåra. De leder även många gånger till att den adopterade känner sig mer utländsk än inhemsk, tror Mary.

Samma frågor sätter även igång omfattande mentala och existentiella processer.

Processer som för många adoptivbarn pågår hela livet. Det blir jakten på rötter, ursprung och svar på frågorna: Vem är jag? Vem tillhör jag? Varifrån kommer jag?

Det var under arbetet med den förra boken, *Adoption – banden som gör oss till en familj*, som Mary upptäckte att frågor om var man kommer ifrån återkom gång på gång när hon intervjuade familjerna. Vissa var väldigt angelägna om att hitta sina rötter, medan andra inte brydde sig särskilt mycket.

**I MARYS MÖTEN MED** adoptivbarn och adoptivföräldrar, under intervjuer och föreläsningar, dök ofta frågor om återresor upp. Hon såg därmed ett stort och viktigt behov av att närma sig ämnet återresor mer omfattande och djupgående än vad som någonsin tidigare gjorts.

Det är fyra familjer som Mary följt under förberedelserna, under resans gång och när de kommit hem. En av familjerna

följde hon med på deras resa. En femte återresa var hennes egen.

Två av familjerna har minderåriga adoptivbarn och i de andra är adoptivbarnen vuxna. I två av familjerna är det en av föräldrarna som är adopterad.

**LÖRDAGEN DEN 29 MARS** ordnade FFIA ett seminarium i Stockholm med anledning av utgivningen av boken *Den stora återresan*, där FFIA är en av sponsorererna. På plats var förstas Mary själv plus ett antal FFIA-familjer, med sammanlagt sex barn och tonåringar. Det var tydligt att flera av dem hade funderingar på egna återresor.

”Det sägs att du vet vart du är på väg först när du vet varifrån du kommer”. Att bege sig på en återresa är den största livsresan – mental och praktiskt – som ett adoptivbarn kan bege sig på, menar Mary, som ser förberedelserna som lika viktiga som själva resan.

Men måste man åka på återresa? Om man åker till födelselandet, måste man söka rötter? För vems skull åker man? Mary har upptäckt att det ofta är föräldrarna som är mest angelägna.

Och vad vill man uppnå? Det är också väldigt olika. Vissa har förhoppningar om att hitta biologiska familjer, andra vill bara åka och sola och bada och se lite av landet. I en familj kan det vara helt olika vad syskonen hoppas få ut av resan.

**MARY TROR ATT BOKEN KAN FUNGERA** som ett verktyg för samtal inför återresan. Men det är också tydligt att arbetet med boken betytt oerhört mycket för Mary själv som person. Tidigare har hon tyckt att hon ”hade rötterna med sig”.

– Idag omfamnar jag hela Indien, säger Mary.

**Möte med familjer.** Mary Juusela föreläser i ABF-huset i Stockholm 29 mars.





Under sin uppväxt, och även senare, har hon strävat efter att tillhöra svenskarna. Hon kämpade verkligen för att bli exemplariskt svensk, och inte bli bedömd efter sin färg. Nu känner hon att melantillståndet, ”ingenmanslad adopterad” försvinner. Hon behöver inte bara vara 100 procent svensk, hon kan vara 100 procent indier också.

– Det bästa min återresa gav mig var en stolthet över mitt ursprung. I dag tycker jag dessutom att det är riktigt coolt att vara annorlunda och adopterad. Det är ett riktigt äventyr!

Ing-Marie Söderberg

## Röster ur boken Den stora återresan:

*På något vis är det som om resan har öppnat upp en kanal inom henne till att minnas och att sakna. Hon kan börja gråta av saknad efter Sydafrika.*

*Vi vill att Emilia och Olivia ska känna sig trygga. Det är därför vi lagt ner så mycket tid på återresan. Vi vill inte bara säga att de ska åka iväg själva när de är arton år och inte bry oss. Deras trygghet är jätteviktig.*

*”Jag vill även passa på att tacka för att ni tagit hand om mig och att ni nu tar hand om dessa andra flickor”, säger jag. ”Det har gått bra för mig och jag mår bra.” Märkbart rörd tystnar professorn. ”Tack för att du talar om det”, säger han.*

*Nu vet jag att även om man inte hittar någonting och bara upplever landet så är det en upplevelse i sig. Man måste inte söka sitt biologiska ursprung för att det ska bli bra.*

*Vet du vad. På många vis känner jag att jag redan gjort min återresa. I samtalet med dig Mary har jag fått ett helt nytt lugn och förståelse. Därför känner jag att jag redan har gjort resan.*

*Om barnet eller barnen inte vill åka blir det inte bra. Sedan finns det ingen ålder som är bäst utan när man är mogen och klarar en sådan omfattande resa känslomässigt, men man ska verkligen vilja för det är en komplex resa.*



**Bokläsare.** Mary tillsammans med unga läsare som alla införskaffat ett signerat exemplar av boken.

*Varje sekund var värd alla pengar i världen. Jag ångrar inte en dag där.*

*De två första veckorna när vi sökte efter rötter var de man tog till sig. De andra var mer en semester och hamnade i skymundan. De var jättebra de också, men en helt annan sak. Det var roligt att ha ett uppdrag och att ha något att leta efter. Det band oss alla samman.*

*När jag var liten frågade många mig om jag vet var mina föräldrar är. Nu vet jag var mina fosterföräldrar är och hur de lever. Jag vet att det finns några fler som älskar mig och att de är lite som familj, även om jag inte träffar dem på ofta. Hon tystnar igen.  
– Men de är familj i hjärtat.*

*Vissa säger att de väntar med att åka tillbaka till barnens ursprungsland tills barnen själva är intresserade och vill och ber om det. Jag tänker inte så. Rätt eller fel, men jag tror att någon måste ge barnet intresset för sitt land.*

*Vi ville ge våra döttrar de bästa verktygen till deras historia för att därmed bygga en sund och stabil framtid. Vi känner att vi lyckats och att vi gjort allt vi kunnat som föräldrar. Nu är det upp till flickorna att ta vid och själva bygga den relation de vill ha med Kina i framtiden*

*Jag skulle inte vilja ha resan ogjord. Men nu i efterhand hade det inte gjort något om barnen varit lite äldre innan vi besökte barnhemmen.*

### Adoption: Den stora återresan

[www.facebook.com/Adoption-DenStoraAterresan](http://www.facebook.com/Adoption-DenStoraAterresan)

[www.millerbooks.se](http://www.millerbooks.se)

[www.maryjuusela.se](http://www.maryjuusela.se)

Träffa Mary Juusela på FFIA:as årsmöte 10 maj

Mer information sid 16

Efter år av längtan får du äntligen hålla ditt barn i famnen. Men tänk om barnet inte alls vill vara där, utan i stället väljer den andra föräldern? Tre familjer berättar om hur det kändes och hur de hanterat problemet.

# När barnet knyter an till bara en förälder

**E**fter många månader, kanske år av väntan är det äntligen dags, man ska få sitt efterlängtrade barn och många tror att de efter kurser, bokläsande och diskussioner med andra adoptivfamiljer är förberedda på det mesta. Men en del känslor är svåra att föreställa sig. Hur känns det egentligen när barnet man väntat på och längtat efter väljer bort dig?

Att barnet bara orkar släppa in en person är vanligt. Ibland varar det bara några dagar, men det kan också ta väldigt mycket längre tid.

**PÅ VÅR FÖRÄLDRAKURS TOG MAN** upp att nyadopterade barn ofta knyter an till bara en förälder först. Jag vet att vi pratade om det innan vi reste för att hämta vårt första barn. Men någonstans inom mig tänkte jag att det är klart att han i så fall kommer att välja mig, jag är ju mamman och han är vad vid kvinnor som tar hand om honom.

Men när vi väl stod där, många hundra mil hemifrån i ett främmande land, och man räckte över den lille pojken som skulle bli vår son var det genast pappa han föredrog och inga kurser i världen hade kunnat förbereda mig på hur det kändes. Det var inte det att vår son tyckte illa om mig, han bara fastnade för sin pappa och vände sig till honom hela tiden, för att visa, skoja, leka och bli buren.

Jag blev degraderad till pipmuggshållare och fotograf. Det sved, det sved ordentligt och fortsatte att göra så under de första månaderna hemma. Jag dög till att leka med, bjuda på kakor eller göra roliga saker med, men det var pappa som

fick kramarna, pussarna, som han ville hålla i handen och sitta bredvid.

Bit för bit fick vi tillsammans jobba mig in i vår sons privata sfär, sakta, ett litet steg i taget, allt i hans takt.

**INFÖR VÅR ANDRA ADOPTION** tänkte jag i hemlighet för mig själv att om vår dotter också ratade mig måste jag göra något allvarligt fel. Jag visste rent rationellt att det inte var så, så klart, men det var min känsla. Men jag hade inte behövt vara rädd. Från ögonblicket då vår dotter såg oss klamrade hon sig fast vid mig och sedan släppte hon inte taget om mig – på ungefär fyra månader.

Sin pappa däremot var hon livrädd för, hon skrek sig halvt medvetslös bara han kom i närheten och det var inte något som höll i sig bara under resan som man ofta läser. Långt efter att vi kom hem gjorde hon allt för att slippa vara nära pappa. Jag är stum av beundran över hur tålmodigt och förstående min man var!

**PETRONELLA OCH CONNY HAR HAFT** en liknande situation. När de fick sin dotter blev det snabbt tydligt att hon föredrog mamma.

– Vi hade så klart pratat om det innan vi åkte, säger Conny, och det togs nog upp på kursen men det var så länge sedan. Vi reagerade mycket kraftigare på det än vad vi trott. Jag kände mig bortstött och oönskad och blev helt knäckt.

– Petronella blev också knäckt av att se mig så ledsen. Hon hamnade ju också i en situation där hon dels skulle hantera vår dotter, men också trösta henne för att jag försökte närma mig henne och var ”hemska”.

Det är inte bara lite äldre barn som

kan reagera så här. Anna och Mats dotter var under året när de åkte för att hämta henne.

– När vi träffade vår dotter första gången tittade hon inte ens åt mig, berättar Anna. De första dagarna tog jag inte riktigt åt mig för allt var ju så omtumlande och hon var så liten. Men jag fick knappt röra vid henne på hela resan. Om jag erbjöd henne ett kex vände hon bara bort huvudet utan ett ljud.

– När Mats räckte henne något log och babblade hon glatt. Det var så tufft och jag var överraskad över hur sårad jag blev. Som om den här lilla bebisen försökte såra mig med flit liksom. Självklart var det inte så, men det var faktiskt så det kändes.

Mats tyckte det var jättejobbigt att se Anna så ledsen. Han ville så gärna att hon också skulle få hålla, krama och mata deras fina lilla flicka. Samtidigt blev han stressad då deras dotter tydligt inte ville veta av Anna. Hon skrek eller bara vände sig bort.

– Jag kände att jag hamnade mitt emellan. Jag ville så klart att Anna skulle vara delaktig, men samtidigt att vår nya dotter skulle känna sig trygg. Vid något tillfälle bad jag Anna att backa lite och hon blev så klart ledsen på mig också. Det kändes som om jag inte kunde göra rätt.

**VAD GÖR MAN DÅ** i den här situationen?

Conny och Petronella hörde sig för bland andra adoptivfamiljer och fick rådet att Conny skulle vara den som mötte så många av dotterns behov som möjligt. Ville hon ha dricka var det han som hämtade muggen, när det var matdags var det han som tog fram maten.



– Det var jag som skötte det mesta av tandborstning, lek och skoj. Allt tog tre gånger så lång tid när jag gjorde det, mot om Petronella gjort det, och det var inte lätt men vi körde så ändå. Det är våra råd, se till att vara den som sköter omsorgsbehoven och gör det direkt, vänta inte.

**VI I VÅR FAMILJ GJORDE UNGEFÄR** samma sak. Allt roligt skötes av den ratade föräldern. Dags att gå till lekplatsen? Då var det den ratade föräldern som gick medan favoriten kanske kom lite senare.

Den ratade föräldern fick vara lite roligare och snällare, medan den förälder barnet redan kommit en bit i anknytningsprocessen med var den som ställde lite mer krav.

Vi var noga med att kramas och pussas inför barnet, att visa och säga att vi tyckte om varandra, att vi ville vara med den andra.

Sedan är ju barn individer, med olika behov och bakgrund. Med vår son nattade vi varannan kväll och höll oss till det trots väldiga protester, men vår dotter behövde tid innan hon var redo att ha sin pappa så nära vid just nattningen. Därför skötte jag det de första månaderna och min man fick jobba på relationen på andra områden så länge.

**ATT BADA TILLSAMMANS**, hemma eller på simhallen, är ett tips för i vattnet får man vara nära, kan skoja och hjälpa på ett sätt som kanske inte går i vardagen.

– Vi fick rådet att Anna skulle mata vår dotter för att bygga på deras relation, berättar Mats. Det är nog ett råd som funkar för många, men vår flicka vägrade att ens öppna munnen om Anna kom med flaskan eller skeden. Som nyblivna förstagångsföräldrar klarade ingen av oss att försöka tvinga henne, jag menar tänk om hon inte åt alls!

Anna och Mats kom överens om att Mats matade, medan Anna skötte badandet, något deras dotter älskade. Det var också Anna som bytte blöjor, masserade och sjöng för dottern mest. Efter hand såg man hur barnet började räkna med sin mamma också och faktiskt ville vara nära henne med.

– Prata om det, säger Conny. Sitt ner och lyssna på varandra, tala om hur det verkligen känns, det är viktigt. Ratandet är mildare nu när det gått några månader och kan variera med humör och situation, samtidigt som vi har vant oss lite. Men det kan fortfarande vara väldigt jobbigt. Man behöver prata med varandra och stötta hela tiden.

**ATT FÖRSTÅ VARFÖR BARNET** gör så här är också viktigt. Kanske har ditt barn aldrig riktigt varit anknuten till någon förut? Kanske vet han eller hon inte hur man gör? Eller så vågar barnet inte riktigt knyta an igen av rädsla för att den vuxne ska försvinna – igen. Mitt i alla de förändringar barnet upplever finns ofta inte orken att ta in mer än en person i taget.

Det är svårt att vara den ratade föräldern, men det är inte heller lätt att vara den andra föräldern som hamnar mitt emellan barnet och partnern.

Ha tålmod och förståelse och våga prata med andra omkring er. Det är många som upplevt det här och i stort sett alla fall blir det bra med tiden.

För den som vill ha mer råd och stöd finns även Adoptionsrådgivarna som man kan ringa anonymt

<http://www.adoptionsradgivarna.se/>

Maria Sääw



## Råd och stöd från barnhälsovården

Att bli adoptivfamilj är omtumlande för både barn och föräldrar. Barnhälsovården träffar adoptivfamiljen en kort tid efter deras hemkomst. Då är familjen nybliven, oavsett hur gammalt barnet är, och kan behöva lika tät kontakt med BHV som familjer med nyfödda barn.

Allt fler barn har fått diagnoser i födelselandet. Det blir också vanligare att syskongrupper adopteras. Adoptivfamiljer behöver i allt större utsträckning samhällets stöd i form av rådgivning och praktisk avlastning från socialtjänsten, medicinsk behandling i sjukvården och behandlingskontakter i barnpsykiatri.

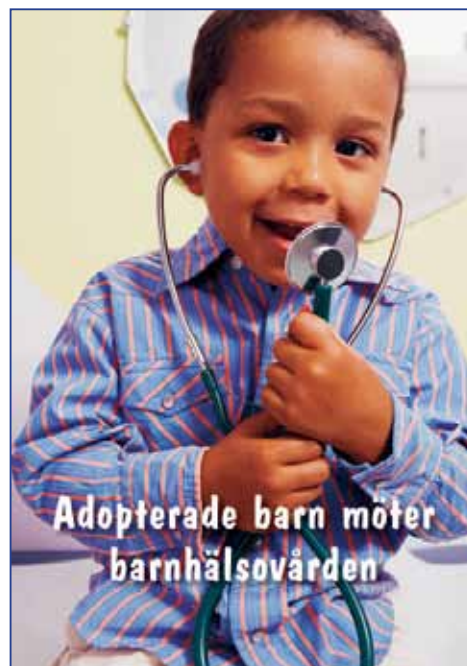
Myndigheten för internationella adoptionsfrågor, MIA, har gett ut en broschyr om vilket stöd adoptivfamiljer kan få av barnhälsovården. Det är till exempel råd inför adoptionsresan, hälsoundersökning, utvecklingsbedömning samt stöd i föräldraskapet om anknytning, mat, sömn och stimulans.

Du kan beställa broschyren via den här länken: [www.mia.eu/Publikationer/Bocker/Bestall/Barnhalsovarden/](http://www.mia.eu/Publikationer/Bocker/Bestall/Barnhalsovarden/) eller ladda ned den direkt till din dator: [www.mia.eu/Documents/publikationer/BHC.pdf](http://www.mia.eu/Documents/publikationer/BHC.pdf)

## Öppen förskola i Värmland

Varmt välkomna till Adoptionscentrum Värmlands öppna förskola i Vikenkyrkan i Karlstad mellan kl 13:30-16:30 på tisdagar ojämbna veckor.

Kontaktpersoner: Madelen Almström ([madelenmaria@hotmail.com](mailto:madelenmaria@hotmail.com)) och Charlotta Gerdin ([charlotta.gerdin@hotmail.com](mailto:charlotta.gerdin@hotmail.com))



# Adopterad på 70- talet

Antalet adoptioner från utlandet var som högst under 1970- och 1980-talen. Befintlig forskning om adoption och adopterade har visat att adopterade på flera sätt är en mer sårbar grupp än andra.

I SCB:s nya rapport har internationellt adopterade födda mellan 1970 och 1979

studerats, en grupp som vid studiens genomförande var mellan 33 och 42 år.

Syftet med studien är att belysa de adopterades livssituation i vuxen ålder och försöka finna svar på frågan om adopterade och svenskfödda som grupper skiljer sig från varandra vad gäller utbildning, inkomster och familjebildning.

Resultaten visar tydligt att de adopterade männen skiljer sig mer från de svenskfödda männen än vad de adopterade kvinnorna skiljer sig från de svenskfödda kvinnorna. Av de adopterade männen hade till exempel 78 procent tagit ut ett slutbetyg från gymnasiet, medan motsvarande andel av de svenskfödda männen var 86 procent. Av de adopterade och svenskfödda kvinnorna hade 82 respektive 87 procent tagit ut ett slutbetyg. Skillnaden mellan kvinnorna var därmed mindre.

Även vad gäller den sammanräknade förvärvsinkomsten var skillnaden mellan de adopterade och de svenskfödda männen större än skillnaderna mellan de adopterade och de svenskfödda kvinnorna. Av de svenskfödda männen hade 68 procent en årsinkomst på över

300 000 kronor; av de adopterade männen var det 48 procent. Bland kvinnorna hade 38 procent av de svenskfödda och 30 procent av de adopterade över 300 000 kronor i årsinkomst.

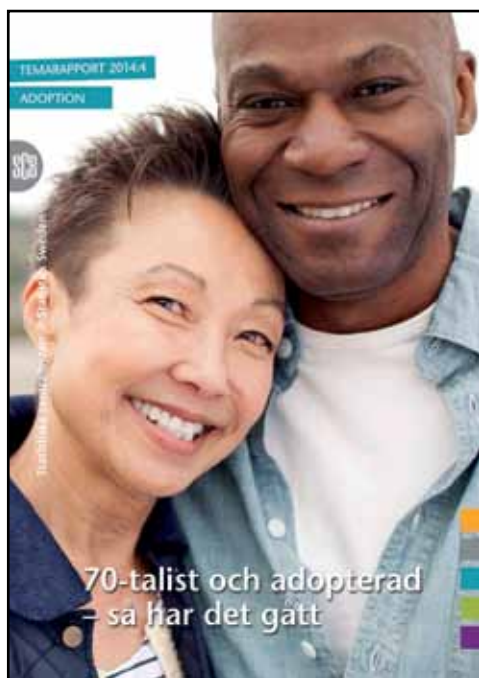
Adopterade har sjukersättning, arbetsmarknadsersättningar, sjukpenning, ekonomiskt bistånd och bostadsbidrag i större omfattning än svenskfödda.

Skillnaden då det gäller andelen som har blivit föräldrar och andelen som är gifta är också större mellan de adopterade och de svenskfödda männen än mellan de adopterade och de svenskfödda kvinnorna.

Både andelen som blivit föräldrar och andelen som är gifta är 16 procent större bland de svenskfödda männen än bland de adopterade männen. Mellan kvinnorna är skillnaden 10 procent både vad gäller dem som blivit föräldrar och dem som är gifta.

Vill du studera den här rapporten närmare? Gå in på [www.scb.se](http://www.scb.se) och ladda ned den.

Källa: SCB, Tema adoption, rapport 2014:4. 70-talist och adopterad - så har det gått.





# Gå med i Tobiasregistret!

En möjlighet att dela med dig av livet till någon som behöver det.

**T**obias avled den 30 december 1991 i Stockholm, i en svår blodbristsjukdom. Han blev 17 år gammal och hade levt med sin sjukdom sedan han var 13 år. Trots ett intensivt sökande efter en givare med passande benmärg över hela världen kunde någon sådan inte påträffas. Tack vare insatser från Tobias familj (som startade Tobiasstiftelsen) finns idag ett svenskt stamcellsgivarregister.

Skulle olyckan vara framme och våra adopterade barn bli drabbade av denna sjukdom vill man känna sig trygg och veta att hjälp kan finnas på nära håll. Denna situation får bara inte uppstå igen, att man inte finner en donator till sitt barn. Personer med annat ursprung som bor i Sverige skulle kunna hjälpa till enormt mycket med att donera och vice versa.

Man kan själv anmäla sig som givare, eller skänka pengar och hjälpa till att sprida budskapet via media och vänner och bekanta.

**SÅ HÄR GÖR DU:** Att gå med i Tobiasregistret (TR) är en möjlighet för dig att dela med dig av livet till någon som behöver det, men det är även ett ansvar. Därför är det viktigt att du förstår och vet vad som väntas av dig vid en eventuell donation, så du känner dig komfortabel i ditt beslut. Det finns inga förpliktelser eller krav på dig att du ska donera om det bli aktuellt, det är naturligtvis helt frivilligt. Man bör dock vara medveten om att ett sent beslut att inte donera kan vara livshotande för en patient.

Du finns kvar i registret tills du fyller 60 år, såvida du inte själv kontaktar Tobiasregistret innan och meddelar att du vill gå ur.

På hemsidan har TR försökt samla all information för att underlätta ditt beslut, men du är också naturligtvis välkommen att kontakta Tobiasregistret med dina funderingar. Det gör du bäst via mail eller telefon.

För att anmäla dig till Tobiasregistret måste du vara:

- Fullt frisk
- Minst 18 år
- Väga minst 50 kg
- Inte ha ett BMI som överstiger 40
- Folkbokförd i Sverige samt ha ett permanent uppehållstillstånd

Att anmäla sig till Tobiasregistret är enkelt, gå in på hemsidan, så finner du länken. Du börjar med att klicka på bilden ”Bli givare här”. Bilden finns att hitta på samtliga sidor på hemsidan.

Eftersom en del information som du uppger kan vara av känslig karaktär har TR valt att lägga hälsodeklarationen på en säker plats (<https>). På så vis kan ingen komma åt denna information. TR får dessutom möjligheten att öppna en säker kommunikation med dig om de har kompletterande frågor.

**I DAGSLÄGET ÄR TR I STORT BEHOV** av att rekrytera nya givare i åldern 18-40 år. Denna målgrupp saknas nästan helt i registret idag.

När TR har mottagit och godkänt din hälsodeklaration skickar TR all nödvändig information samt salivkopp eller tops hem till dig. Du kan välja själv på den elektroniska hälsodeklarationen vilket sätt du föredrar. Det finns utförlig information om hur man går tillväga i deras utskick.

När du spottat/topsat skickar du det tillbaka till Tobiasregistret i den medskickade förfrankerade påsen.

TR skickar nu ditt prov för analys och kommer att registrera dig som givare när dessa provsvar (HLA-värden) kommit tillbaka från laboratoriet.

Självklart går det fortfarande bra att även lämna blod om man föredrar det. Då uppger man det i hälsodeklarationen och får ett provrör för blod hemskickat till sig. Man lämnar sitt blodprov på närmsta blod- eller vårdcentral och provet skickas direkt till laboratoriet för analys.

När provet har analyserats (HLA-typats) läggs värdena in i TR:s databas och från och med nu är du en registrerad donator i Tobiasregistret. Så snart detta är gjort skickar TR ett mail till dig så du

får information om det. Detta innebär att du nu är sökbar för alla patienter runt om i världen som letar efter en passande donator. Om/när man får en träff blir man kontaktad av Tobiasregistret och de kommer då att be om (ytterligare) blodprover.

**OM DET VISAR SIG ATT** patienten och du som donator har samma HLA-typ (vävnadstyp), och om patienten är aktuell för en stamcellstransplantation, så kommer Tobiasregistret att kontakta dig igen och fråga om du fortfarande är intresserad av att donera stamceller.

Om du tackar ja till detta är det dags att säkerställa att du själv är helt frisk, vilket görs genom en omfattande hälsoundersökning. Du får samtidigt träffa läkare och få fullständig information om de båda sätten som du kan donera på. Efter detta informationsmöte med läkaren tar du beslut om på vilket sätt du önskar donera dina celler.

Oavsett vilket land patienten du passar för bor i hittar man dig genom TR:s sammankopplade system. Du donerar i det land du bor och sedan använder man kurirer som transporterar dina celler till patientsjukhuset.

Du donerar alltid på ett universitetssjukhus i Sverige. Det kan vara bra att använda ett universitetssjukhus nära en flygplats, så det inte går åt onödig tid till resor inom Sverige.

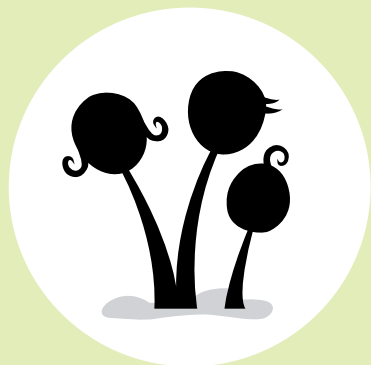
Man får inget betalt för själva donationen, men får ekonomiskt ersättning för resor, förlorad arbetsförtjänst med mera.

Det finns de som tror att benmärg och ryggmärg är samma sak. Det är det inte. Benmärgen samlas inte in från, eller i närheten, av ryggraden eller ryggmärgen utan från höftbenskammarna som finns ovanför sätesmuskulaturen. Ryggmärgen på givare kan således inte bli skadad och någon risk för förlamning finns inte.

”Det är väl inget att fundera på, vi hjälper väl till, vi som kan få det något besvärligare att få hjälp”.

[info@tobiasregistret.se](mailto:info@tobiasregistret.se)  
[www.tobiasregistret.se](http://www.tobiasregistret.se)

Pia Ernlo



# Välkommen till FFIA:s årsmöte 10 maj

Årsmöte med föreläsning av Mary Juusela och  
diskussioner om Framtidens FFIA

FFIA:s medlemmar hälsas välkomna till årsmöte med sedvanliga årsmötesförhandlingar lördagen den 10 maj 2014.

FFIA:s verksamhetsberättelse kommer att finnas tillgänglig på vår hemsida cirka en vecka före årsmötet.

## Framtidens FFIA

Under de 34 år som FFIA har funnits har nästan 3 450 barn kommit till familjer i Sverige genom FFIA. Målet är att FFIA ska leva vidare som medlems- och biståndsförening och arbeta för att på bästa sätt ta tillvara de adopterade och deras familjers intressen.

Kom och var med och påverka genom att delta i diskussionerna om hur vi tillsammans kan skapa Framtidens FFIA. Har du inte möjlighet att delta i mötet är du naturligtvis välkommen att kontakta FFIA:s ordförande Carin Fremling, [carin.fremling@nuinternet.se](mailto:carin.fremling@nuinternet.se) och framföra dina tankar och idéer.

## Den stora återresan

Vi har också glädjen att hälsa författaren Mary Juusela välkommen till oss. Många känner säkert till Mary från boken "Adoption; - Banden som gör oss till familj" som kom ut 2010.

Nu i vår är Mary åter aktuell med en ny reportagebok om rötter och återresor, "Adoption; - Den stora återresan".

Boken handlar om fem svenska adoptivfamiljer som planerar resan och åker tillbaka till ursprungsländerna Indien, Kina, Chile och Sydafrika. Man får följa familjerna under tre år i deras olika processer av att förbereda, fullborda och att leva med en återresa. Läs mer om Mary och boken på sidan 10.

## Program

- Samling från 12.00
- Årsmötesförhandlingar 12:30
- Mary Juusela
- Framtidens FFIA

Vi beräknar sluta cirka kl. 16.00

FFIA bjuder på förfriskningar, frukt och godis.

Välkomna till Nordiska Högskolan för Folkhälsovetenskap, Sven Källfelts gata 5-11, Västra Frölunda, sal Grönland.

Anmälan om deltagande senast den 6 maj till Kaisa Hammar, e-post [kaisa.hammar@ffia.se](mailto:kaisa.hammar@ffia.se) eller tel. 031-704 60 93.

Varmt välkomna!  
hälsar Styrelsen för FFIA

