

DIN TIDNING FRÅN SVENSKA
CELIAKIFÖRBUNDET ✨ #3 2017

celiakki

FORUM

NY LANSERING

Avancerat självtest
för celiaki

GUIDE

Så byter du ut
mjölken i receptet

INBLICK

De avgör affärens
glutenfria utbud

RONNY STENBERG:

**“Celiakibeskedet
var en befrielse”**

FORSKNING: Stor studie ifrågasätter glutenkänslighet. **SCUF:** Unga ängslas av omgivningens okunskap. **TIPS:** Frukost utan mjölk och gluten. **NYTT&NOTERAT:** Tungmetaller i barnmat.

RONNY STENBERG

Ålder: 79

Familj: Hustru, en son och en dotter samt fyra barnbarn i tjugoårsåldern.

Yrkesbakgrund: Programme-rare i databranschen sedan tidigt 60-tal.

Bostad: Villa i Trollhättan.

Intressen: Resor, trädgårdsodling och att vara statist vid filminspelningar.

Om celiaki: Det blir en del av livet. Jag saknar ingenting.



Ronny Stenberg blev sjuk i celiaki när han var 74 år. Tack vare sin hustrus envishet sökte han vård. Det kan ha räddat hans liv. Förutom glutenintolerans visade utredningen även att han hade cancer på ena njuren.

TEXT JENNY RYLTIENIUS FOTO ANDREAS OLSSON

”Det var inte mycket kvar av mig”

När CeliakiForum ska intervjua Ronny måste intervjun flyttas fram. Han skickar ett sms och ber om ursäkt. Anledningen är att han har fått ett uppdrag som filmstatist i SVT:s nya dramaserie ”Vår tid är nu”.

– Film är ett intresse som jag delar med min fru. Vi har varit med i närmare 150 filmer, säger Ronny, innan vi kommer in på hur det gick till när hans celiaki upptäcktes. Med stor tacksamhet berättar Ronny att vården fungerade precis som den är tänkt att göra.

– Jag vet att många med celiaki får vänta flera år på att få diagnos men när jag väl sökte på vårdcentralen våren 2012 tog de mig på allvar direkt.

RONNY HADE MÅTT gradvis sämre under drygt ett års tid. Han var trött, både i huvudet och kroppen och han var nedstämd. Magen krånglade och han fick gå på toaletten så ofta att det blev ett socialt bekymmer. Hustrun Charlotte bad honom flera gånger att gå till doktorn, men Ronny var ”envis som män kan vara” och tyckte inte att det behövdes. Mest påtagligt för omgivningen var att han hade gått ner i vikt, från 90 kilo till 74.

– På våren 2012 hade jag börjat få kramper i vaderna och darrningar på nätterna. Charlotte tyckte inte att det var mycket kvar av mig, säger Ronny.

TILLS NU HADE han skylt viktnedgången på hårt arbete och skämtat bort den med att ”det var ett bra sätt att banta”. Men i mars hade Charlotte fått nog av att oroa sig.



– Vi brukar alltid åka till Frankrike på somrarna, men nu sa hon att vi åker ingenstans förrän vi har löst det här problemet, säger Ronny.

Så Ronny gick till läkaren för att få det överstökad. Vårdcentralens analys visade på anemi och lågt B-vitamin och man skickade en remiss till sjukhuset. Efter bara sex dagar fick Ronny komma dit och där satte läkaren stopp för Frankrikesresan. I stället fick han genomgå flera provtagningar, bland annat magnetröntgen av överkroppen. Efter den även gastroskopi eftersom man ville se hur det stod till med matstrupe, magsäck och tarmar. Beskedet från magnet-

– Vi älskar trädgårdsodling och att samla växter. Ett tag hade vi fler hundra olika sorters ljung, sedan blev det barrväxter. Nu är det hostor vi samlar på, säger Ronny.



röntgen kom efter tio dagar. Läkaren hade sett något på vänster njure och ville undersöka den ytterligare och dagarna gick.

– Den andra maj ringde det från sjukhuset. De berättade att jag hade en tumör på vänster njure. Fram tills dess hade jag inte varit orolig för jag var så väl omhändertagen men nu blev jag skakig, säger Ronny.

Men cancern visade sig inte ha spridits och det räckte med att operera bort njuren.

Kort efter beskedet om tumören kom resultatet från gastroskopin. Ronny hade helt klart celiaki. Tunntarmen var mer eller mindre slät.

– Beskedet om celiaki kom som en befrielse. Jag kände att det var jätteskönt att få en förklaring till viktnedgången, deppigheten och tröttheten.

HAN FICK SNABBT kontakt med en dietist som gav honom många goda råd.

– Från dag ett var det tvärstopp med att äta gluten och det har jag hållit sedan dess med undantag för en ofrivillig olycka på en vägkrog i våras när jag råkade äta en biskvi med gluten i, säger Ronny.

Till en början åt Ronny och hans fru olika mat men sedan föreslog Charlotte att de skulle bannlysa gluten ifrån huset helt. Ingen av dem upplever att det är särskilt svårt eftersom det glutenfria utbudet i affären är så stort. Ronny kan inte ens komma på något med gluten som han saknar.

– Kanske om jag är med vänner och någon

dricker öl, men nej, egentligen inte. Jag har aldrig varit någon stor öl-drickare.

Både Ronny och hans fru gillar att fika och gå på café men de har aldrig varit förtjusta i att baka. Däremot har de ett barnbarn som gillar det väldigt mycket.

– Hon bakar särskilt bröd till mig och har varit till stor hjälp. Jag har även ett annat barnbarn som själv har celiaki och hon är lite som en vakthund och noga med att inget får innehålla gluten.

NÄR RONNY FICK sin diagnos kände han inte till Svenska Celiakiförbundet. En dag annonserade celiakiföreningen i Uddevalla om ett möte och Ronny åkte dit.

– Det var ett jättefint möte och jag blev medlem. Det ger otroligt mycket att träffa andra i samma situation. Efter det har jag varit på fler träffar. En jul var vi på julbord och det var skönt att kunna äta allt utan att tänka sig för. Det behövs eldsjälur och det finns det i Uddevallas celiakiförening.

I dag mår Ronny bra och hans enda njure som är kvar fungerar bra. Vikten pendlar mellan 83 och 84 kilo och han har energi som inte är förunnat alla snart 80-åriga människor.

– Nu fem år senare är vi enormt tacksamma och förstår att jag är lyckligt lottad. Som en läkare sa till mig: ”Du hade tur att magnetröntgen låg först i kedjan av utredningar annars hade tumören på njuren kanske inte upptäckts i tid.” ✨

Vänster: Ronny bor med sin fru i en villa i Trollhättan. En bit därifrån har de ett lantställe där de bokstavligen odlar ett annat gemensamt intresse.

Ovan: Ronny spelar skrivare på tingen i filmen om Arn. Här tillsammans med Stellan Skarsgård som spelade Birger Brosa.

Ronny och Charlotte spelar föräldrar till skådespelaren Eric Ericson i Små citroner gula.