

Elitidott, dopning och bantning

Publicerat i Narkotikafrågan nr 5 2006

Unga män dopar sig för att bli stora. Tjejer gör det för att bli smalare. För simmerskan Camilla Gramme, som tog efedrin i många år, blev bantningen viktigare än idrotten.

Text: Pelle Olsson

Camilla Gramme började träna simning när hon var i sjuårsåldern. Det var inte bara på grund av idrottsintresset.

– Det var struligt hemma, berättar hon. Min pappa hade dött när jag var fem år. Han var testpilot åt Flygvapnet och omkom i en olycka. Mamma hade börjat knapra piller och en ny man hade kommit in i bilden. Han misshandlade henne.

Simhallen i hemstaden Varberg blev Camillas andra hem. Hon satsade allt hårdare på att bli simstjärna. Ingen jämnårig slog Camilla Karlsson, som hon hette på den tiden. I högstadiet tränade hon tio eller elva pass i veckan. Varje helg var det tävling. Samtidigt var hon ambitiös i skolan och populär bland kamraterna. Fasaden utåt kunde inte ha varit bättre. Det som hände hemma behöll hon för sig själv.

När hon gick i nian hände något. Det var efter ett hårt simpass och hon var på väg in i gymmet för att träna styrka. När hon passerade en våg ställde hon sig på den. 62 kg. Precis lagom för hennes 175 cm, men tränaren som just då kom förbi slängde ur sig att hon borde gå ner några kilo. Hittills hade Camilla aldrig funderat på sin vikt eller på vad hon stoppade i sig.

Nu fastnade tränarens obetänksamma ord i skallen. Går ner i vikt, gå ner i vikt. Hon blev inte av med tanken. Hon måste banta!

Hon fick hjälp av mamma, som alltid bantat trots att hon var normalviktig. Så länge Camilla kunde minnas hade modern suttit med en salladstallrik framför sig eller någon annan dietmat. Modern tog även "bantningstabletter", efedrin. Hon gjorde regelbundna resor över sundet till Helsingör och fick dem utskrivna av läkare, vilket inte var möjligt i Sverige. Camilla fick också prova. Mor och dotter kämpade nu tillsammans för att bli av med sina, som de trodde, onödiga kilon.

Camilla som alltid varit tävlingsinriktad lade upp ett ambitiöst program med mammas efedrin, fortsatt simträning och fyra liter vätska per dag istället för mat. Det gick några månader sedan övergav hon simningen tvärt. Hon hade fått ett nytt mål i livet; istället för att bli en duktig idrottstjej skulle hon bli världsbäst på att banta.

– Jag åt gurka, drack vatten och var ute och joggade på rasterna i skolan. Jag blev hög av att inte äta. Det bevisade att jag hade kontroll på situationen. Jag hade makt. Å andra sidan hade jag ständig hjärtklappning, kunde inte sitta still och var alltid torr i munnen av tableterna. Jag fick ingen kick av dem och jag tror inte att jag någonsin blev drogberoende. Preparaten jag tog genom årens lopp var alltid underordnat att bli smalare.

På avslutningen i nian hade Camilla nått sitt mål: 39 kg. Nu kunde hon koppla av lite från bantningen. Hon började äta och fortsatte med det hela sommaren utan att kunna sluta. Hennes forna järnvilja var bortblåst. Ingen träning, ingen energi att göra något. Fasaden hade rämnat.

När hon började gymnasiet på hösten gapade hennes gamla klasskompisar. "Va fan, är det du Karlsson!?" sa de. Hon vägde 80 kg.

– De här åren var ett helvete. Jag jojo-bantade och pendlade kraftigt upp och ner i vikt och mådde verkligen dåligt. Jag äcklades över mig själv. Jag kunde lätt sätta i mig ett kilo kokta makaroner och ett kilo smör på några timmar. Någon träning orkade jag inte med, ändå intalade jag mej själv att på måndag ska jag sätta igång.

Camilla berättar om nattliga promenader, efter att ha festat med kompisarna, då hon ensam gick runt till Varbergs alla korvkiosker och proppade i sig grillkorv, pommes frites och potatismos.

– Alkoholen triggade igång ätandet. Jag har aldrig gillat vare sig berusning eller påtändning av efedrinet som jag fortfarande tog då och då. Mitt problem var de snabba kolhydraterna.

Efter gymnasiet flyttade Camilla till Stockholm. Utbildade sig till kosmetolog och började träna på gym.

– Där fanns alla droger att få tag på! Efedrin kunde beställas hur lätt som helst från USA och betraktades som kosttillskott av de andra tjejerna. Flera av dem tävlade i fitness. Det är som body building men handlar inte bara om storlek på musklerna utan även att det ska se estetiskt ut. I grenen athletic fitness ingår också att man ska visa upp sin styrka.

Camilla fortsatte sitt hetsätande och ständiga strävan att bli smal. Hon började mer och mer reflektera över sjukt hennes beteende var. Maten styrde henne på samma sätt som alkoholen eller drogerna styrde styvpappan och mamman. Även Camilla använde droger. Hon började dagen med 2 tabletter Treo koffein, plus efedrin plus nikotintuggummi som hon hade läst var fettbrännande, men det var kolhydraterna och bantningsfixeringen som var hennes verkliga problem.

Hon förde en rastlös tillvaro. Tränade på gym, arbetade som aerobic instruktör och kostrådgivare (sic!) samt serverade på en nattklubb. Periodvis arbetade hon även på ett bageri.

Det är svårt att förstå hur hon hann med allt detta, särskilt som hon i samma veva började utbilda sig till socionom.

– Jag tänkte att det passade mig. Jag hade alltid varit en person som tagit hand om andra. Min mamma, min lillebror.

Det dröjde emellertid många år efter examen 1994 innan hon började arbeta inom det yrke hon utbildat sig till. Istället fortsatte hon med att träna och vara instruktör på gymet. När hon vill tävla i fitness fick hon rådet att använda vissa preparat, annars skulle hon inte ha en chans. Hon började en kur med Winstrol som är en AAS och Clenbuterol som påstås vara fettbrännande.

– Men jag vågade inte fortsätta. Biverkningarna som skäggväxt, sterilitet och mindre bröst avskräckte.

När hon flera år senare ställde upp i sin första och enda tävling, SM i athletic fitness, utan att ha tagit några preparat, kom hon på 10:e plats av 19 tjejer. Hon var nöjd över sin insats, men insåg hur sjuk hela tävlingen var.

– Många hade silikonbröst och hårförlängning. Det skulle jag också behöva skaffa och bygga ännu mera muskler om jag ville klättra i listorna.

Vid det laget hade Camilla tack vare stöd från en vän till hennes avlidne pappa och tack vare Anders, som hon gifte sig med, fått ordning på sin kaotiska tillvaro. Idag är hon 37 och lever "ett Svensson-liv", som hon själv säger, med två barn, make och en fint hus. Hon arbetar som kurator på en gymnasieskola i Tullinge och håller sig i form genom jogging och lagom många besök på gym.

– Bitarna i mitt liv har fallit på plats, säger hon. Som kurator upptäcker jag hur många unga tjejer som har samma problem som jag hade. De har fått detta med att gå ner i vikt på hjärnan. Och de vill ha snabba lösningar.

Det andra stora problemet hon stöter på är tjejer som skadar sig själva genom att skära sig.

– Jag känner igen det också. Matmissbruk och att göra sig själv illa, det är delar av samma problematik. Det är en vanlig bakgrund till att det börjar med droger.

