

Team Addison Göteborg klarade rundan!

Lördag morgon den 18 juni klockan 04:16 rullade sju förväntansfulla Team Addison-cyklister ut ur Motala för att ta sig runt Vättern. En av dem var Linda Pettersson som fick sin Addison-diagnos för tre år sedan. För henne var detta ett extra stort ögonblick.



Veckan inför Vätternrundan kantades av den ena bedrövliga väderprognosen efter den andra. När det såg som mörkast ut utlovades det 40 millimeter regn och 10 m/s nordlig vind.

”Då kände jag att hela det här projektet var på väg att gå om intet. Den typ av förhållanden är inte min kropp rustad för och jag började mentalt förbereda mig på att det här med Vätternrundan kanske var mig övermäktigt trots allt”, säger Linda.

Men det värsta ovädret tog en östligare bana och förhållandena blev inte så tuffa som befarat. Det ösregnade förvisso då teamet rundade Vätterns södra ände, men de kom ändå lindrigare undan än de deltagare som startade tidigare under morgonen och natten.

”Om vädret var en av mina stora farhågor så var sömnbristen den andra. Jag var väldigt nervös sista dagarna inför rundan och jag sov dåligt och alldeles för lite två nätter i rad. Men vid starten där tidigt lördag morgon kände jag mig trots allt laddad och väldigt nyfiken på vad jag hade framför mig”, berättar Linda.

Förberedelser under vintern och våren

Anmälan till Vätternrundan gjorde Linda i november förra året och sedan började hon sin förberedande träning.

”Utöver yoga, som jag tränar regelbundet, körde jag spinning ungefär en gång i veckan och i april började vi i teamet cykla utomhus tillsammans”, säger Linda.

Det rekommenderas att man tränar 100 mil inför rundan och man bör inkludera ett par längre pass upp mot 15 mil för att känna på hur det känns både fysiskt och mentalt att sitta på en cykel flera timmar i sträck.

”När jag sista veckan innan rundan summerade mina cykelturer hade jag kommit upp i 150 mil och hade tre stycken rundor på 11-15 mil i bagaget. Så jag kände mig förberedd på pappret, men fortfarande väldigt osäker på hur min kropp skulle komma att reagera när jag passerat de där 15 milen”, säger Linda.

Starkt stöd på vägen

Knappt en tredjedel in i loppet började det ösregna och teamet närmade sig det lilla samhället Skärstad strax norr om Huskvarna. I Skärstad bor en av Lindas barndomsvänner som tillsammans med sin familj och ytterligare en av Lindas mycket nära vänner hade placerat sig mitt i en rondell med en gigantisk banderoll där det stod "Linda äger! Heja Team Addison!".

"Jag såg dem på avstånd när vi rullade ner i backen mot Skärstad. De stod i ösregnet, mitt i rondellen, i arla morgonstund med den där gigantiska banderollen och det stockade sig i halsen på mig och tårarna bara kom och fortsatte att rinna flera kilometer efteråt", berättar Linda som blir väldigt känslös så fort hon tänker på sina vänners stöd.

Kort därpå var det dags för nästa känslögonblick då en av Lindas före detta kollegor stod och hejade i fortsatt ösregn i backen upp genom det lilla samhället Kaxholmen.

Släktträff i Jönköping

Då Linda är uppvuxen i Huskvarna/Jönköping och fortfarande har större delen av sin släkt i området hade teamet bestämt sig för att göra ett stopp hemma hos Lindas mamma som bor precis utmed Vätternrundans sträckning. Teamet hade då avverkat lite drygt 10 av de 30 milen.

"När vi närmade oss huset där mamma bor var det dags för nästa överraskning – halva släkten stod på trottoaren utanför och hejade. Fortfarande i ösregn! Jag blev röd till tårar för tredje gången på bara ett par mil. Jag är så tacksam för allt stöd och all uppmuntran som jag fått av familj, släkt, vänner och kollegor inför och under den här resan", säger Linda.

Olycka halvvägs

Regnet började avta efter att teamet lämnat Jönköping och allt löpte på enligt plan till strax före Hjo. Då var teamet tillfälligt uppdelat och tre av medlemmarna låg i en större klunga medan Linda och resten av teamet låg en bit bakom och försökte komma ikapp.

"Det hade skett en olycka längre fram på en raksträcka och när den stora klungan närmade sig blev det oro i leden och plötsligt var det någon som tvärbromsade utan att tänka sig för och två av mina lagkamrater åkte i backen, varav en ganska rejält", berättar Linda.

Teamet stannade och utvärderade läget (fem av Lindas lagkamrater är lämpligt nog läkare) och efter ett tag kände sig de två som kört omkull redo att cykla vidare.

"Vi åtgärdade ett sprucket däck och fyllde på med energi i depån i Hjo och undvek sedan de större klungorna", säger Linda.

Trötthet och eufori

Teamet fortsatte att avverka ytterligare mil och fick bland annat uppleva en broöppning i Karlsborg och till och med lite solsken uppåt Hammarsundet i norr.

"Efter att vi passerat de där magiska 15 milen infann sig en euforisk känsla och en stolthet över att cykeln fortfarande rullade. Och jag började känna att det här nog skulle gå vägen", berättar Linda.

Hon fortsätter:

”Vid depån i Hammarsundet var det bara fyra mil kvar. Både kroppen och knoppen var rejält trötta, axlar och nacke värkte, fötterna gjorde ont, händerna hade domningar och låren började kännas på allvar, men med målet så nära inpå hade jag inte svårt att motivera mig att trampa vidare.”

Målgång i Motala

Efter 12 timmar och 39 minuter nådde teamet målet i Motala och tårarna rann utmed Lindas kinder ännu en gång.

”Det var en sådan underbar känsla att rulla in mot mål. Jag kände mig så oerhört stolt, stark, nöjd och lycklig! För tre år sedan när jag fick min Addison-diagnos stängde jag flera dörrar till saker som jag trodde att jag aldrig mer skulle kunna ägna mig åt. Men i och med den här prestationen har jag insett att jag klarar mer än jag tror och att min sjukdom inte ska få styra mitt liv. Istället ska vi samarbeta – Addison och jag”, säger Linda och ler.

Medicinering inför och under loppet

Linda började äta depåtabletten Plenadren (20 mg) under april i år och känner att denna har underlättat hennes träning och generellt förbättrat hennes allmäntillstånd. Inför starten på Vätternrundan tog hon sin Plenadren-tablett klockan 02:45 och sen tog hon 5 mg hydrokortison i samband med starten strax efter klockan 4.

”Under loppet fortsatte jag att ta 5 mg kortison varannan timme, vilket innebar att jag tog totalt 35 mg extra kortison under loppet. Det är möjligt att jag hade klarat mig med mindre, men det var inte läge att chansa, i alla fall inte under en såhär lång fysisk utmaning”, säger Linda.

Inspirera andra

Linda hade aldrig klarat att ta sig runt Vättern om det inte vore för hennes lagkamrater.

”Vi har tränat tillsammans och peppat varandra under våren och försommaren. Och Vätternrundan blev den stora finalen på vårt projekt. För fyra i teamet var det första Vätternrundan så det var ett stort ögonblick för oss allihop”, säger Linda stolt.

Linda vill med sin prestation inspirera andra med Addisons sjukdom att våga tro på sig själva och inte låta sjukdomen bestämma riktning i alla lägen.

”Att leva med Addisons sjukdom är naturligtvis inget man ska ta lätt på, men med min historia vill jag visa att diagnosen inte behöver innebära att ens liv totalt ställs på ända. Det kan kännas så till en början, men när man lär sig leva med sjukdomen och successivt vågar fortsätta att leva som vanligt



så känns det som en stor seger – oavsett om det innebär att man cyklar över mållinjen på Vätternrundan eller om det handlar om andra drömmar som man kanske tillfälligt lagt på hyllan, någonstans där längst in i garderoben”, avslutar Linda med ett stort leende.



Team Addison Göteborg efter målgång i Motala. Bakifrån från vänster: Karl-Oscar Stål, Per Robertsson, Sylvia Svedberg, Stefan Strömmer Carlsson och Linda Pettersson. Främre raden: Mats Persson och Joakim Bergström.

Fakta – Linda Pettersson

- Ålder: 42 år
- Familj: Cyklande sambo och 15-årig bonusdotter
- Bor: Född och uppvuxen i Huskvarna. Bor i Lerum utanför Göteborg.
- Yrke: Jobbar med marknadsföring inom Husqvarna Group
- Intressen: Cykling, yoga och skidåkning
- Fick Addisons sjukdom i samband med sin tredje operation i binjurarna för tre år sedan (Linda har ett genetiskt anlag som gör att hon utvecklar tumörer i sina binjurar).
- Står på Plenadren (20 mg) sedan april i år. Tidigare tog hon 15 + 5 mg hydrocortone.
- Började cykla i augusti förra året (efter att ha köpt sitt livs första racercykel) och anmälde sig till Vätternrundan i november och gick lycklig i mål i Motala lördagen den 18 juni.
- Läs gärna tidigare artikel om Linda på <http://www.cykla.se/artiklar/linda-vill-lyfta-ovanlig-sjukdom/>

