

Cykla för livet

– fler borde få de biologiska läkemedlen

Bengt Falke drabbades av ledgångsreumatism för åtta år sedan. Tack vare nya moderna mediciner har han återfått ett aktivt liv. Mellan den 19 april och 15 maj cyklade Bengt Falke tillsammans med sin fru Ulla och sin son Björn från Malmö till Sundsvall till stöd för Reumatikerfonden. Det blev 130 mil på 27 dagar.

Bengt Falke är 53 år gammal. För åtta år sedan var han ute och vandrade i skogen när han plötsligt fick en otrolig värk i fötterna. Han fick lov att byta skor med sin son för att över huvud taget kunna ta sig hem. Några månader senare var han på bilresa ner till Provence. Axlarna började värka och den annars så roliga bilresan blev till riktigt en plåga. Med på resan var en sjuksköterska som uppmanade Bengt att uppsöka en läkare när de kom hem. Ett halvår senare fick han diagnosen reumatoid artrit, RA.

– Mitt liv förvandlades ganska rejält. Från att ha varit en intensivt motionerande och engagerad person, blev jag en orkeslös, halvinvalid människa som kämpade med att komma ur sängen. Att klä på sig, hasa sig ner för trappan och komma in i bilen var ett företag. För att inte tala om att knäppa skjortknapparna och lyfta vattenkokaren.

Bengts motionerande reducerades till lite cyklande. Han gick på många olika mediciner varav ingen hade någon större effekt. Ändå så kämpade han vidare med jobb och vardagssysslor.

Våren 2004 fick han så ett av de nya biologiska läkemedlen och gradvis förändrades hans liv.

– Nu kan jag cykla utan att behöva kämpa med smärtande leder. Jag som trodde att jag skulle sitta i en rullstol vid det här laget. Det känns fantastiskt, säger Bengt Falke.

Fjärde resan

Cyklandet har blivit en symbol för frihet och självständighet för Bengt, men också ett sätt att fästa uppmärksamhet på de nya behandlingsformer som fler borde få pröva.

2005 cyklade han 160 mil under fem veckor, från Trelleborg till Avignon i södra Frankrike. 2006 gick resan från Zürich i Schweiz till Trelleborg, en 110 mil lång sträcka och 2007 gjorde han en egen variant av Tour de France genom att besöka olika delar av Frankrike.

Årets resa gick från Malmö till Sundsvall, 130 mil.

– Jag vill visa vilken skillnad de biologiska medicinerna har gjort för mig och min familj och hur viktigt det är med regelbunden motion för en reumatiker, för att må bra och behålla rörligheten.

– Men det är sorgligt att inte fler reumatiker får prova de här nya medicinerna. Alldeles bortsett från det oerhörda mänskliga lidandet, kostar det mer för samhället att ha mig långtidssjukskriven eller förtidspensionerad än frisk med behandling. Det är ju självklart. De strukturer i vårt system



54 km cyklade Bengt, hans fru och son per dag med en medelhastighet av 14,3 km/h. De tog sig upp för 9 282 meters höjdskillnad.

som motverkar detta måste bort! säger han.

Nästa års resa är ännu inte planerad men en dröm är att cykla längs floderna Weser och Werra, genom Tyskland ner mot Tjeckien.

Text: Ylva Hermansson och utdrag från Bengt Falkes hemsida

Bengts blogg

Läs Bengt Falkes bloggar som han har skrivit under sina resor, www.falke.nu

Några utdrag ur årets blogg:

”Det är fortfarande strålande sommarväder så vi behöver inte tveka om att vi ska köra i korta tröjor och byxor. Under dagen går värmen till och med upp till 29 grader om man nu ska lita på termometern i cykeldatorn. Annars börjar dagen med kraftiga stigningar och på de första 15 km klättrar vi 237 meter och även om jag går uppför en del av de värsta stigningarna gör jag av med den första vattenflaskan på denna korta sträcka. Det har aldrig hänt förr....”

”Så tog utförlöparna vid och i nästan 9 km rullade vi nerför backarna med den ena hisnande utsikten efter den andra. Det var helt makalöst att avverka en så lång sträcka utan att egentligen trampa och slutligen rulla in på den lilla serveringen vid golfbanan i Annefors. Detta var den första öppna serveringen på två dagar och drygt 10 mil, så det var verkligen en efterlängtat fika....”

”Vi kom fram till vårt mål, Orbaden, först vid 19-tiden. En snabbdusch hann vi med innan middag och sedan lögade vi oss i en utomhusjacuzzi till den otroliga solnedgången över Orsjön. Denna utsikt är svår att överträffa och detta är också ett ställe vi gärna återkommer till. Det börjar bli ganska många sådana pärlor på den här cykelturen..... ;o)”