

– Nu kan jag känna doften av havet!

I tio år har Leila Zinai levt utan luktsinne och förlorat kontrollen över hur hon själv doftar och hur maten smakar. Men en dag kände hon plötsligt doften av sköljmedel när hon hängde tvätt. Hon ropade på sin dotter, borrade in näsan i hennes hår. ”Hon luktade så fantastiskt gott!” Med det återvändande doftsinnets kom också en ny man in i hennes liv...

Text & foto Åsa Hansdotter

Det strålar om **Leila Zinai** när hon kommer strosande längs Ribersborgsstranden i Malmö. Blåsten tar tag i hennes långa, lockiga hår och hon drar in luften av salt och tång i näsan.

– Havet är en av mina favoritdofter!

Det är en solig och klar höstdag och det har bara gått några månader sedan Leila fick tillbaka sitt luktsinne efter tio år utan att kunna känna varken doft eller smak.

– Nu när jag fått tillbaka luktsinnet vill jag aldrig förlora det igen. Det är som att plötsligt återfinna sin egen kropp efter att ha varit bortkopplad från den. Eller som när man äntligen hittar kärleken och vill att det ska vara för evigt.

Luktsinnet försvann i samband med att hennes pojkvän blev svårt sjuk och slutligen gick bort i en aggressiv hjärntumör. Kort därefter insjuknade även hennes mamma i

cancer och dog endast åtta månader efter att hon fått sin diagnos. Leila är övertygad om att det var den känslomässiga påfrestningen som bidrog till att hon själv blev sjuk. Att hennes kropp helt enkelt sade ifrån.

Det började som en förkylning som aldrig blev bra. Leila uppsökte till slut öron-näsa-halskliniken för att ta reda på vad som pågick och fick då veta att hon utvecklat den kroniska sjukdomen polypos*. Varken operation eller de traditionella behandlingarna visade sig fungera och slutligen tvingades Leila acceptera att hon kanske aldrig skulle få tillbaka luktsinnet. Det var en enorm förlust och hon bokstavligen stortjöt när läkaren berättade om den osäkra prognosen.

– **Men att jag förlorade** luktsinnet blev samtidigt bara en del i det förlustpaket där både min pojkvän och mamma ingick. I det sammanhanget var luktsinnet det minst sorgliga. »

Doften av tång!
En upplevelse – även om den inte alltid är en favorit för för Leila Zinai.



LEILA ZINAI

Ålder: 45.

Bor: Vellinge, söder om Malmö.

Familj: Dottern Miriam, 7.

Jobb: Familjebehandlare inom socialtjänsten.

Favoritdofter: Miriams hår, hav, ved, koriander och nytvättade lakan.

» Under åren utan luktsinne har Leila fått hitta olika sätt att kompensera sin funktionsnedsättning. Hon hade alltid varit pedantisk med hygien, men nu blev hon näst intill besatt av dusch och tvätt. En kontrollinsats blev vännerna, som emellanåt har fått lukta på både hennes kläder och hår. Det värsta har varit att inte kunna orientera dålig lukt. När dottern Miriam var liten, var Leila rädd att hon till exempel skulle gå runt med bajsblöja och lukta, utan att Leila upptäckte det.

- Helt ärligt så skulle jag ha behövt en luktassistent. Speciellt för dålig lukt, jag vet inte hur mycket mat jag har slängt i onödan, bara för att jag inte har vetat om den varit för gammal. Jag har verkligen inte bidragit till en bättre miljö med allt matsvinn som jag har gjort mig skyldig till.

I början tyckte Leila att det var skamfyllt att sakna luktsinne. Doft är så viktigt och vi förväntas alltid lukta gott. Leila ville inte erkänna att hon inte hade koll på sig själv och sin omgivning. Men slutligen bestämde hon sig för att sluta dölja sitt handi-

kapp och våga berätta för kolleger och vänner. Hon fick bara positiv respons och nu tycker hon inte längre att det är pinsamt, eller något hon behöver dölja.

Men det har funnits tillfällen då hon har känt sig utanför och inte riktigt kunnat delta med samma förutsättningar som andra. I princip all social samvaro är kopplad till god mat och dryck och det blir lätt ett slags utanförskap som ibland kan kännas ensamt i de sammanhangen.

Leila själv har också haft färre egna middagsbjudningar sedan hon förlorade luktsinnet, det har inte känts lika roligt. På restaurang har hon ljugit om att maten var god när kyparen frågar. Eller så har hon svarat att konsistensen var bra och att maten var vackert upplagd.

Eftersom näsan svullnar upp av alkohol har Leila fått avstå, vilket inte har varit ett problem för henne men har ytterligare försvårat den sociala interaktionen. Andra förväntar sig ofta att hon ska ta ett glas vin för att smälta in.

Att förlora smaksinnet har inneburit att Leila började äta mycket sötsaker och salt mat. Då kunde hon få en förnimmelse av sötna och salta, som kan kittla till på tungan. Det har gjort att hon gått upp i vikt och nu kämpar hon med att försöka bli av med de kilon hon lagt på sig genom åren. Maten hemma har ofta bestått av enkla rätter som passar ett barns smaklökar. Men med lukt- och smaksinnet tillbaka, har lusten till matlagning åter väckts och det har blivit viktigt för henne att föra över sitt algeriska kulturarv till dottern. Koriander är en av hennes favoritsmaker och nu älskar Leila att laga mat med mycket kryddor.

- Jag hoppas bara att det inte är försent för Miriam att lära sig tycka om kryddstark mat!

Luktsinnet är starkt kopplat till vårt minne och våra känslor och Leila har därför försökt att aktivera

minnet av olika dofter och smaker för att med tankens kraft visualisera hur maten hon äter smakar. Även ute i naturen, där hon och dottern tillbringar mycket tid, har hon försökt föreställa sig hur den dagvarma mossan luktar eller den söta doften från granarnas barr.

- Ibland har jag känt mig nästan som en skådespelare som försöker leva mig in i olika luktminnen.

Men det är också tufft att vara ensamstående med barn. En tid efter hennes mammas död, behövde Leila

"Jag är övertygad om att luktsinnet är kopplat till känslorna"

stanna upp och lyssna in kropp och själ. Ett sätt att göra det var att börja med yoga. Något som hon sedan dess har fortsatt med varje

dag för att få bättre balans.

- Ibland får man bara acceptera saker och vara tacksam för det man faktiskt har, istället för att försöka kompensera för det som saknas.

Men så kom vändpunkten. I somras när Leila stod i sin brors trädgård och hängde tvätt kände hon plötsligt en doft av sköljmedel. Helt förundrad ropade hon på sin sjuåriga dotter som lekte i närheten och begravde sedan näsan i hennes hår. För första gången fick Leila känna doften av sitt eget barn.

- **Hon luktade så fantastiskt gott!** Jag kunde inte tro att det var sant att jag äntligen fick uppleva hennes doft.

Ögonen tåras på Leila när hon berättar om minnet. Efter att luktsinnet kommit tillbaka började Leila sniffa på allt möjligt i sin närhet och även om hon nu är lite mindre besatt av dofter, njuter hon fortfarande av att känna kaffedoften på morgonen. Eller att få en flyktig doft av parfymen från någon som passerar. Fortfarande är dock dottern Miriam hennes absoluta favoritdoft.

Att få tillbaka ett förlorat sinne förändrade Leilas värld på mer än ett sätt. Hon hittade även den stora kärleken och Leila är helt övertygad om att det inte var en tillfällighet:

- Det är klart att luktsinnet spelar roll för attraktionen till en annan



Leila kan inte få nog av dottern Miriams hår - den doften är magisk.

människa. Njutningen förstärks med sinnena och den man jag nu träffat doftar underbart. Det är en sådan kemi mellan oss och äntligen känner jag att jag har hittat hem. Jag är övertygad om att luktsinnet är kopplat till känslorna och att det är därför jag kunde bli förälskad igen.

Hon hade egentligen bestämt att inte inleda någon ny relation förrän dottern vuxit upp och flyttat hemifrån. Kanske först i 60-årsåldern hade Leila planerat att hon eventuellt kunde börja dejta igen. Men livet ville annorlunda och att få tillbaka luktsinnet öppnade Leilas värld på ett sätt som hon inte hade kunnat föreställa sig. Helt oplanerat träffade hon och föll för sin nuvarande partner.

- Jag är övertygad om att en av anledningarna till att jag nu fått tillbaka luktsinnet, är att jag inte längre är lika känslomässigt belastad, utan har sänkt kraven och blivit bättre på att ta hand om mig själv.

Men att plötsligt känna vad allt luktar kan också innebära några små nackdelar. Nu känner Leila hur öckligt det kan lukta på offentliga toaletter och att den kattsand som hon alltid tidigare köpt inte är ett bra val, utan att hon behöver byta märke. Gammal rutten tång från havet kanske inte heller hör till favoritlukterna.

- Visst finns tanken att luktsinnet kan försvinna igen, men jag har bestämt mig för att inte oroa mig över det. Även om det försvinner kommer jag fortsätta att påminna mig själv om vad jag har och inte vad jag förlorat, för att hitta tacksamhet i vardagen. ☺

Drabbar 2-4 procent

*Näspolypos är en kronisk inflammatorisk sjukdom som drabbar två till fyra procent av befolkningen. Utväxter, polyper, bildas i näsans slemhinnor och gör att näsan täpps till vilket kan göra att doftmolekylerna blockeras på sin väg in. Luktsinnet är vårt äldsta sinne och starkt kopplat till minne och känsla.

Under många år fick Leila låtsas som att mat och dryck smakade gott - nu njuter hon på riktigt av kaffedoft.

