

– Ikke vent med å gjøre ting du har lyst til

I 2000 hadde tannlege Anthony Nordbø en ulykke på sykkel som gjorde ham lam fra brystet og ned. 19 år senere jobber han 80 prosent, trener fem ganger i uka, og har bygd seg hytte på fjellet.

 **tone elise eng galåen**
 **privat**

Vi spoler tiden tilbake til sommeren 2000. Anthony Nordbø trener 25 timer i uka. Målet er å kvalifisere seg til verdens mest prestisjetunge utholdenhetsprøve: Ironman på Hawaii.

Ulykken skjer under en treningsøkt på sykkel. I stor fart tar Nordbø en langsgående salto med sykkelen. Sykkelhjelm knuses mot grusen. Ryggen brekker på to steder. I én uke venter han på at legen som skal operere ham skal komme hjem fra ferie. Etterpå ligger han på ryggen i to måneder før opptreningen endelig kan begynne.

– Det var ett liv før, og et annet liv etter. Jeg har lagt det som skjedde bak meg. I opptreningsperioden var jeg kun fokusert på å komme meg ovenpå igjen. Man må jo stå på, sier Nordbø bestemt.

Han dveler sjelden ved fortiden.

Nyter trening og friluftsliv

Første gang Tidende skrev om Anthony Nordbø var i 2003. På samme tid som artikkelen ble publisert, begynte han å merke at noe var galt. Han fikk sterke nevrogene smerter, kroppen fungerte ikke. Legen fant en cyste i ryggmargen. Syringomyeli. Nordbø ble operert på dagen.

– Cysten presset på nervevevet i ryggmargen. Jeg risikerte å bli varig lam fra halsen og ned, sier han.

Operasjonene var vellykket. Nordbø beholdt førligheten i bryst og armer, og var snart å se i trening igjen.

– Jeg pigger som regel i stol, alt fra 12 km til seks mil. Jeg har også en armsykkel som jeg bruker en del. Tidligere konkurrerte jeg i langrenn og svømming. Jeg var også med på noen trimløp, men nå er jeg bare ute på tur. Blir turen lang, stikker jeg gjerne innom et sted på veien og tar en kaffe, sier Nordbø.

På vinterstid er han veldig glad i å gå på ski. Da pigger han seg frem i løypene på kjelke.

– Jeg føler meg nærmere naturen når jeg er ute på ski. For meg er akkurat det veldig verdifullt. Før ulykken var jeg ofte på fjelltur, forteller han.

Kanskje nettopp derfor fikk Nordbø for fire år siden bygget seg en hytte på fjellet. Dit drar han sammen med familien hver helg vinteren igjennom. Om sommeren padler han kano og ligger i telt.

– Med litt hjelp kan jeg i stor grad opprettholde det friluftslivet jeg er å glad i, også etter ulykken, sier han.

Nordbø vurderte i en periode å trene mot deltakelse i Paralympics, men slo det fra seg.





– En slik satsning innebærer å ligge i treningsleir mellom 20 og 30 uker i året. Det lar seg ikke kombinere med å drive tannklinikk. For meg er det mye mer meningsfullt å være i arbeid, sier han.

Bestemmer selv hvordan dagen skal bli

Nordbø jobber 50 prosent som tannlege på Tannlegeloftet i Stavanger. I tillegg har han en 30 prosent stilling i HELFO. Tannlegekontoret er det eneste stedet der han bruker elektrisk rullestol, pålagt av hygieniske årsaker. Ellers ser pasientene på tannlege Nordbø som en helt vanlig tannlege. Eneste forskjell er at de må ligge helt flatt i stolen for at han skal komme til.

– For meg er det ressurskrevende å sitte oppreist gjennom en arbeidsdag på seks timer med til dels krevende behandlinger. I ukedagene tar dette mesteparten av energien min. Vanlige gjøremål blir lett tidkrevende når du er lam. Derfor er det alltid en balansegang mellom jobb og det man skal orke utenom. For å få nok krefter til å gjennomføre alt, må jeg trene. Å trene er bra på alle måter. Også fordi jeg da produserer endorfiner som hjelper mot nevrogene smerter, og dermed slipper å ta smertestillende medisiner, sier Nordbø.



I praksisen som tannlege har han ingen problemer, bortsett fra ved tidkrevende arbeid. Heldigvis er det lett å henvise videre til en spesialist.

– Jeg har et godt nettverk av spesialistkolleger som står klare på hvert sitt felt. Dessuten har jeg gode kolleger her i vår egen praksis, sier Nordbø.

Han har som motto at det er han selv som bestemmer hvordan dagen skal bli.

– Jeg har alltid levd livet litt som om hver dag var den siste. De fleste av drømmene mine har jeg fått oppfylt. Ikke vent med å gjøre ting du har lyst til, oppfordrer Nordbø.



Anthony Nordbø jobber 50 prosent som tannlege, på Tannlegeloftet i Stavanger, og 30 prosent i HELFO.