

Fikk hjelp av Knespesialistene:

Det eneste jeg angrrer på er at jeg ikke tok kontakt tidligere

Med en imponerende fartstid innenfor vektløfter-miljøet i flere nordiske land, begynte kneet å skape trøbbel. Til tross for to kneoperasjoner, kunne Børge Aadland med god hjelp og behandling, stille til NM i 2025.



– Jeg vokste opp i Tysvær og der var det to alternativer for idrett. Det var padling og det var vektløfting. Da jeg ble kjent med vektløfting, ble jeg veldig fascinert.

Børge Aadland er 49 år gammel og startet med vektløfting i 1989. Da var han bare 13 år.

Første gang han deltok i NM var i 1995. Da på juniornivå. 30 år og ett barn senere, stilte han igjen i NM, denne gang på seniornivå.

Børge har trent vektløfting siden han var barn. Han er et kjent ansikt i vektløftermiljøet, og har løftet for ulike klubber i Norge, Sverige, Finland og Frankrike opp igjennom årene. Bak seg har han over 25 norgesmesterskap og flere pallplasseringer.

Å kunne trene regelmessig er viktig for ham, selv om han i dag bare omtaler seg selv som mosjonist.

I AK Bjørgvins lokaler er han omringet av barn, ungdom og voksne i alle aldre. Blant dem er også sønnen hans Nikolai på 16.

– Jeg henger jo fortsatt med og kommer meg til NM. Det gjør jeg jo blant annet for å pushe de unge fortsatt. Ingen skal få noe gratis,

guttungen skal fortsatt jobbe for å slå meg, ler han muntert.

Vektløfting har de nemlig til felles. Litt intern konkurranse må det være.

– Frem til november i fjor så har jeg slått han i alle år. Nå er det han som er best. Det synes han er ekstra gøy, humrer han.

Utfordrende knær

Det er ikke bare innen vektløfting at Børge har en lang historikk. Det har han også med vonde knær, og han har operert menisken i begge.

Likevel, selv med to kneoperasjoner bak seg kan Børge fortsette med idretten han har viet store deler av livet sitt til. Det krever regelmessig behandling.

Da smertene før jul ble så store at det hindret ham i å trene, bestemte han seg for å ta kontakt med Knespesialistene på Landås.

Smertelindring og kunnskap

Det var rundt juletider at Børge tok kontakt. Han fikk time påfølgende uke. De spurte om han hadde bilder av knærne, men det hadde han ikke.

– Det er dette jeg ble mest imponert over. De bare sluset meg videre, og jeg fikk raskt tatt de bildene som var nødvendig.

–De vurderte bildene og undersøkte meg grundig. Jeg fikk hjelp med konkrete ting. Blant annet hvordan jeg kunne trene muskulaturen rundt knærne, med gode øvelser, forteller han fornøyd.

I tillegg fikk jeg en kortisonsprøyte i det mest plagsomme kneet.

–Åtte dager gikk det fra Børge kontaktet dem til bildene var tatt. For det var gått to uker hadde diagnosen blitt stilt og behandlingen startet.

– Hadde jeg ikke fått så god hjelp kunne jeg aldri ha stilt i NM igjen, forteller han.

Mona Badawy og Harald Nagelgaard Omenås er ortopedene som møtte Børge hos Knespesialistene på Landås. De er veldig glad for at han har hatt godt utbytte av behandlingen.

– Vi har et godt samarbeid med røntgensentrene i byen. Vi starter vanligvis med røntgen. MR er sjelden nødvendig ved artrose, forteller Mona.

Kort ventetid

Sammen med Harald Nagelgaard Omenås driver hun Knespesialistene.

Begge er spesialister med til sammen over 30 års erfaring innenfor ortopedi. Til daglig jobber de med å løse bergensernes utfordringer med knær og andre ortopediske tilstander. De møter alt fra unge pasienter med idrettsrelaterte skader til eldre pasienter med artroseproblematikk.

– Vi har mulighet til å starte behandling i løpet av kort tid, forklarer Harald før han fortsetter: mange blir engstelige når de får smerter i muskler og ledd, de unngår aktivitet og blir stillesittende. Hos oss får de svar på hva problemet er, og hvordan de kan forholde seg til det.

–Mona forteller at det er mange som går med smerter i årevis uten at det blir gjort noe med. Spesielt er menn notorisk kjent for å gå lenge før de oppsøker lege. De vil helst se om det går over av seg selv. Å komme hit betyr ikke at man skal opereres. Derimot får man råd om veien videre, og hvilke behandlingsalternativer som finnes.

–Det er en trygghet i seg selv å vite hva problemet er, legger Harald til.

NM i mars

– Det eneste jeg angrrer på er at jeg ikke kontaktet dem tidligere, men du

vet, vi menn over 40 tror gjerne at ting går over, forteller Børge.

Da knærne var som verst var det en sorg å ikke kunne få være en del av et miljø han hadde blitt så glad i. Det samme miljøet som han hadde konkurrert i fra barndommen.

– For meg ble dette en investering i egen helse. Spesielt den psykiske helsen. Det viktigste da jeg startet var å ha det gøy med vektløfting, og det er det fortsatt. Det overstyrer alt, forteller han.

På grunn av den gode behandlingen han har fått av Mona og Harald i Knespesialistene er Børge nå klar for å fortsette med vektløfting.

I mars i år stilte han igjen i senior NM og endte på en solid fjerdeplass. Og om det ikke er imponerende nok i seg selv, kan vi legge til at konkurrenten som er nærmest Børge i alder er hele 13 år yngre.

– Hadde jeg ikke fått denne hjelpen i januar hadde jeg aldri kommet meg til NM i mars. Og oppfølgingen i ettertid har vært enestående. De følger opp, og er interessert i hvordan jeg har det og hva som har fungert. Jeg har aldri opplevd så god oppfølging.

Børge er full i lovord og det er både Harald og Mona takknemlig for å høre.

– Pasientene opplever at de blir veldig godt ivaretatt, at de får høy standard på konsultasjonene. Det er også viktig for oss å følge godt opp i ettertid, da får vi status, og kan gi noen oppfølgingsråd om nødvendig, sier Mona.

– Og at Børge har klart å stille i NM i vektløfting i år igjen, og at det endte med fjerdeplass er jo også bare utrolig imponerende, avslutter Harald.

Dette er Knespesialistene

- Knespesialistene startet opp i 2023 og er en ny klinikk med hovedfokus på artrosebehandling

- De tilbyr konsultasjon og anbefaling av videre behandling som fysioterapi og injeksjonsbehandling

- Selskapet består av spesialist Harald Nagelgaard Omenås og Mona Badawy. Sammen har de over 30 års erfaring innenfor ortopedi og knekirurgi

- Bestill en konsultasjonstime og få råd om behandlingsmuligheter!

