

Ný meðferð fyrir geðsjúka

GEÐHJÁLP, sem er félag sjúklinga, aðstandenda og annarra sem láta sér annt um geðheilsu, leitar þessa dagana til þjóðarinnar um stuðing við bryn viðfangsefni – að koma á laggirnar nýrri meðferð og skapa ný störf fyrir geðsjúka.

Hugmyndin sem verið hefur til umræðu hjá félaginu, meðal fagfólks á geðheilbrigðissviði og annars áhugafólks, gengur í stórum dráttum út á að virkja reynslu þeirra sem sjálfir hafa átt við geðsjúkdóma að stríða og náð bata, um leið og nýtt er allt það besta sem fyrir hendi er í geðheilbrigðisþjónustunni.

Hjálp til sjálfshjálpar, virkni sjúklingsins og virðing fyrir honum eru lykilorð í nýrri meðferð, þar sem sjúklingurinn vinnur að sínum bata jafnfætis félagsráðgjafa, geðhjúkrunarfólki, geðlækni, iðjuþjálfra, listþjálfra og sálfræðingi, svo að helstu hópar fagfólks séu nefndir. En nýjungin í starfsliðinu verða ráðgjafar sem eru hverjum og einum sjúklingi til fulltingis í daglegu meðferðarstarfi. Í þeim hópi er gert ráð fyrir fólki sem sjálft hefur reynslu af geðsjúkdómum. Er þá meðal annars stuðst við þá jákvæðu reynslu sem fengist hefur í áfengis meðferð hjá SÁÁ, þar sem ráðgjafar þekkja yfirleitt sjúkdóminn af eigin raun. Það auðveldar þeim að ávinna sér traust sem er forsenda árangurs í einstaklings- og hópmeðferð.



Sveinn Rúnar Hauksson

Þjóðin lyfti á sínum tíma grettistaki við stofnun SÁÁ og uppbyggingu meðferðarstofnana sem opnað hafa hverjum og einum Íslendingi, án tillits til þjóðfélagsstöðu, möguleika á að vinna bug á áfengis- og vímuefnavefnavanda. Fæstir gera sér grein fyrir því, að þetta aðgengi að áfengis meðferð er einsdæmi í heiminum. Í engu öðru landi hafa jafnmargir hlutfallslega notið slíkrar meðferðar. Um leið

geðheilsuna á oft erfitt að vinna bug á afneituninni, að viðurkenna að hjálpar sé þörf og að leita sér aðstoðar. Þá þurfa viðeigandi meðferðarúræði að vera fyrir hendi og að vera aðgengileg. Síðast en ekki síst þarf stuðningur að vera til staðar þegar meðferð er lokið, þannig að ekki sækist aftur í sama farið.

Þar vill Geðhjálp vera til staðar. Í félagsmiðstöðinni að Túngötu 7 er vaxandi starf, þar sem leitast er við að mæta þessum þörfum. Þar njóta einnig sjálfshjálparhópar aðstöðu fyrir vikulega fundi og er þar um að ræða ólíka sjúklingahópa sem starfa sjálfstætt.

Nýja meðferðin fyrir geðsjúka sem Geðhjálp leitar nú stuðnings við hjá þjóðinni mun sameina það besta sem geðlækningar hafa upp á að bjóða og nálgun vandans á jafningi grundvelli. Sú nýjung mun hjálpa einstaklingnum til að horfast í augu við sinn vanda, að takast á við hann í meðferðinni og að viðhalda batanum eftir að meðferð lýkur. Hjálp til sjálfshjálpar þarf að vera áþreifanleg.

Geðsjúkir hafa löngum mátt líða fyrir grimma fordóma og verið útskúfað í samfélagi okkar. Félagssleg einangrun, atvinnuleysi og fátækt oryrkjans hefur iðulega orðið þeirra hlutskipti. Mikið hefur áunnist í málafnum okkar á liðnum árum. En enn meira er þó óunnið. Átaks er þörf og Geðhjálp heitir á þjóðina að koma til liðs við okkur. Ný meðferð og ný störf munu leggja grunn að lífshamingju einstaklinga.

Slíkt skilar sér.

Höfundur er varaformaður Geðhjalpar.

Geðhjálp

Átaks er þörf, segir Sveinn Rúnar Hauksson, og Geðhjálp heitir á þjóðina að koma til liðs við okkur.

hafa fordómar látið undan síga.

Lykillinn að árangri í áfengis meðferð er tenging hennar við sjálfshjálparhópa og er þá ekki síst átt við AA-samtökin. Það er ævarandi verkefni að viðhalda bata sínum og það gefst mörgum vel að gera það í hópstarfi og á fundum þar sem fólk deilir reynslu sinni hvert með öðru og öðlast þannig styrk og von, vináttu og félagsskap.

Góð geðheilsa fæst ekki með einföldum lausnum. Sá sem misst hefur