

Lítill hugleiðing um geðheilsu innflytjenda

Í tilefni af Alþjóðageðheilbrigðisdeginum í fyrra (10. október) var haldin ráðstefna sem bar yfirskriftina: „Innflytjendur og geðheilbrigði“. Ráðstefnan var haldin að frumkvæði Geðhjálpar auk ýmissa samstarfsaðila. Í kjölfar hennar mótaðist hópur áhugafólks, bæði á vegum samtaka og eins einstaklinga í kringum Geðhjálp. Ég er í hópnum sjálfur. Hópurinn fundar reglulega til þess að skipuleggja fræðslustundi, búa til fræðsluefni og móta raunhæfar tillögur sem hægt er að leggja fram um málefni geðsjúkra, bæði til heilbrigðisyfirvalda og almennings. Mig langar til þess að deila hugmyndum mínum með lesendum, en þær eru skoðun mín sem einstaklings en ekki sem fulltrúa ofangreinds samstarfshóps.

Erfitt fyrir innflytjendur

Pegar manni líður illa, er haldinn kvíða eða ofsóknarkennd, er nauðsynlegt að geta talað við einhvern annan um það. Ef vanliðan er mikil og viðvarandi er nauðsynlegt að leita sér aðstoðar hjá lækni eða sérfræðingi fljótlega. Þetta á við um alla í þjóðfélaginu.

Hins vegar getur þetta verið bæði flókið og erfitt, sérstaklega þegar innflytjandi á í hlut. Af hverju? Það má telja strax fram atvikið eins og: A) tungumálaerfiðleika viðkomandi, B) vanþekkingu viðkomandi á heilsugæslukerfinu, C) menningarlega hindrun þess að tala um eigin vandamál við annað fólk, D) erfiðleikar við að viðurkenna andlegan sjúkdóm sinn. Þannig virðist stundum ákveðin fjarlægð vera til staðar milli einstaklings af erlendum uppruna og fagfólks í heilsugæslukerfinu.

Mér sýnist að heilsugæslukerfið hafi staðið vel að því að undanförunu að taka á móti innflytjendum. Að sjálfsögðu er ýmislegt sem enn mætti bæta þar sem það virðist sem kerfið fylgi ekki þróun málefnsins, samt er sýnilegt að heilbrigðiskerfið batnar stig af stigi þegar innflytjendur eiga í hlut. Varðandi geðheilsuáttal væri til bóta ef heilsugæslan gæti búið til einfaldan bækling sem sýnir fram á hverjir geta sótt um hvers konar þjónustu í heilsugæslukerfinu og hvar. Einnig er mikilvægt að draga fram nokkur dæmigerð einkenni þunglyndis eða kvíða svo að innflytjendur og aðstandendur þeirra öðlist betri þekkingu á sjúkdómnum.



Gott fólk

Þó að heilsugæslan bjóði upp á góða þjónustu er að sjálfsögðu ekki hægt að neyða innflytjendur til þess að nota hana. Hvað gerist ef innflytjandi sem líður illa getur alls ekki skilið íslensku og þekkir ekki heilsugæslukerfið hérlandis? Eða hvað ef hann er með eins konar fordóma gagnvart geðsjúkdómum og því að fá aðstoð út af þeim?

Ég tel að lykilaðilarnir í þessu máli séu það fólk sem er í kringum innflytjendur. Það er t.d. fjölskyldur þeirra, sem geta einnig verið innflytjendur, samlandar þeirra sem tala íslensku og þekka kerfið vel, íslenskir vinir eða samstarfsfólk og svo framvegis, m.ö.o. það fólk sem hefur bein og dagleg samskipti við innflytjendur. Það er nefnilega fólk sem getur útskýrt kerfið fyrir innflytjendum, þýtt upplýsingar á móðurmál viðkomandi, sannfært um nauðsyn þess að fara til læknis, hvatt til þess að það sé gert og jafnvel hjálpað einstaklingum við að panta tíma hjá réttum lækni.

Það fólk er í raun og veru að mínu mati, það sem fær heildarkerfið til að virka fyrir innflytjendur.

Aukin vitund umhverfisins

Þess vegna finnst mér nauðsynlegt og mikilvægt að starfsemi sem miðar að bættri geðheilsu innflytjenda taki mið af því fólk sem er í

UMRÆÐAN

Toshiki Toma

Þó að heilsugæslan bjóði upp á góða þjónustu er að sjálfsögðu ekki hægt að neyða innflytjendur til þess að nota hana.



kringum innflytjendur. Fræðsla um einkenni geðsjúkdóma, kynning á geðheilsuþjónustu eða fundir þar sem málefnið er kynnt og rætt eru leiðir sem hægt er að fara. En allt þetta verður að vera hannað jafnt fyrir þá sem eru í samskiptum við innflytjendur og fyrir innflytjendur sjálfa.

En til þess að forðast misskilning er ég ekki að segja að bein starfsemi sem miðast við innflytjendur sé ekki mikilvæg. Ég vil einfaldlega leyfa mér að benda á að þjónusta við fólk í kringum þá er einnig jafn mikilvæg.

Málefnið er mjög persónulegt eðlis en samt mun betri árangur nást með aukinni vitund og skilningi umhverfisins.

Höfundur er prestur innflytjenda