

Hvað er geðrænt vandamál og geðsjúkdómur?

„Það er ekki allt sjúklegt þó það sé vandamál“

— segir Andrea Þórðardóttir hjá Geðhjálp

Geðræn vandamál og geðsjúkdómur hafa jafnan verið ofarlega á baugi meðal þjóðarinnar. Og ekki að átæðulæsu. Hlendingar hafa nefnilega oftast en ekki verið nefndir stressaðasta þjóð heimabygðarinnar — og kenna margir hinu langa skammtdegi um.

Það er því ástæða til að margan langar til að fræðast eitthvíð nánar um þessi mál. Til liðs við okkur fáum við Andreu Þórðardóttur, eins stjórnarmeðlima samtakanna Geðhjálpar sem er félag geðsjúkra, aðstandenda þeirra og velunnara.

Hún var fyrst spurð að því hver tilgangurinn væri með samtökum eins og Geðhjálp.

Að vera heilbrigður

„Tilgangurinn er fyrst og fremst sá að standa vörð um málefni geðsjúkra og að kveða niður fordóma sem eru svo geysilega miklir gagnvart þessu fólki. Það er ekki nóg með það, að það þurfi að berjast við þennan mikla sjúkdóm sem geðsjúkdómurinn er heldur er það líka að þjóðfélagið tekur því sem mannværum ákaflega illa.

Það er þessi eilífa normalisering sem allir eru að tala um, það að allir séu normal og eigi að vera sveðuð. En spurningin er, hver er normal?

Hver snér það að þessa maður sé heilbrigður og hinn óheilbrigður — hver setur mörkin þar á milli? Þetta er stór og mikil spurning sem eflaust erfið er að svara. En við í Geðhjálpi viljum að komið verði á raunhæfri fræðslu um þessi mál. Það er ekki raunhæft að svona mikilvæg mál séu geymd niðri í læstri skóflu einhverra sérfræðinga og berist aldrei til eyrna fjöðans.

Það er nauðsynlegt að fólk geri sér grein fyrir því að það eru ekki sömu hlutir, geðræn vandamál og geðsjúkdómur. Við viljum að fólk geti fræðst um mismun og eðli þessara hluta og hvernig það eigi að bregðast við þeim.“

Hver er þá mismunur geðsjúkdóma og geðrænna vandamála?

Er streita óeðlileg?

„Svar þessa verður fyrst og fremst að koma frá hendi lækna sem við þess mál starfa.

Í rauninni má þó segja, að þeir sem eiga við geðsjúkdóm séu sjúklingar og í flestum tilvikum leggjast þeir inn á sjúkrahús og fá meðhöndlun. Síðan kemur laugaveikun. Er það sjúkdómur? Sömuleiðis má spyrja sig þeirrar spurningar hvort það sem kallað er geðræn vandamál, t.d. streita og annað þvismikl, sé sjúkdómur. Eða er streita óeðlileg og er eitthvað óeðlilegt við það að vera stressaður í dag en ekki á morgun?

Ef þeir læknar sem lærðir eru um

Texti Sigmundur Ernrí Rúnarsson

þessi mál gætu flutt fræði sín út til fólksins, hvernig það geti tekið á við þessi vandamál — hjálpað sér sjálft — áður en vandamálið verður að sjúkdóm. Þá væri hægt að bjarga mjög stórum hópi undan dýrri sjúkráhusvist.“

Þá nefndir fordóma áðan. Í hvaða mynd koma þeir sterkast fram gagnvart því fólki sem er geðsjúkt?

„Þeir koma langsterkast fram þegar þetta fólk kemur út af stofnunum eða sjúkrahúsum og ætlar að afa sér vinnu. Það hefur verið gerð könnun á

þessu og í henni kemur það greinilega fram, að þetta er sá hópur, ásamt fólguum, sem á við mesta fordóma að stríða.

Þegar þetta fólk leitast sér að vinnu og segr vinnuveitandanum að það hafi um einhverna tíma legið á geðsjúkrahúsi, þá fer hann undantekningalaus í paník og bregst forvið við.

Píluáttíð

Svo er annað líka að þetta fólk notar oft mikið af aliskonar lækislyfjum.

Síðan þegar þetta fólk er í kaflitima eða matartíma á sínum vinnustað og ryður að jafnaði upp í sig 8 jafnvel 10 tegundum af lyfjum, þá er ekki óeðlilegt að annað starfsfólk líti það hornauga og telji sér trú um að þessi maður sé ekki gjaldgengur á hinn almenna vinnumarkað.

Við litum einfaldlega ekki sömu augum það fólk sem er ekki einst og við viljum að það sé og hina sem teljast eðlilegir. Menn þekkja eflaust einhvern sem hefur á sinni ævi fótbrotnað t.d. og við treystum honum eðlilega. Öðru

máli gegnir um þann sem hefur legið inni á geðsjúkrahúsi. Fólk treystir aldrei slíkum manni. Þetta eru einna sterkustu fordómarnir.

Við hjá Geðhjálpi teljum að þessir fordómur stafi fyrst og fremst af eiginlegri mynd sem hefur komist inn í huga þjóðarinnar fyrir löngu. Menn þurfa ekki annað en fara í bíó. Þar sjá menn hvernig geðsjúklingar eru látin haga sér. Síðan í raunveruleikanum geta menn komið inn á stofnanir hér á landi og varla eygt muninn á milli starfsfólks og geðsjúklinga. En á þessum stofnunum sjá menn eðlilega einnig sjúklinga sem birtast í sömu persónulíkingu og í bíó.

En stærsti hluti alls þessa er sá, að það er svo stór hópur á þessum stofnunum sem á við geðræn vandamál að stríða en tekt ekki geðsjúkur og það er sá hópur sem verður undir í almenningsáttinu.“

Sjúkrahúsvistun eða stofnanavistun geðsjúka fólks. Er hún lausnin?

Þáttur heilsugæzlu-stöðvanna

„Það er alveg örugglega margt fólk sem er með þannig sjúkdóm, að það verður að vera á stofnun. Það er alveg hreint mál. En það er skoðun okkar hjá Geðhjálpi að það séu mun fleiri sem þyrftu jafnvel aldrei að fara inn á stofnun ef þeir væru meðhöndlaðir fyrir en ella. Þar viljum við byrja inni á heilsugæzlastöðvönnum með sálfræði- aðstoð og félagsráðgjöf og slíkt viljum við nefna leiðbeiningastarf. Slíkt starfsemi myndi felast í því að leiðrétta fólk sem er komið í eitthvert ákveðið muniur. Ef þetta yrði gert þá teljum við hjá Geðhjálpi að mun færri þyrftu að leggjast inn á stofnanir og það yrði að sjálfstjófu spur fram á við. Og þetta yrði miklu ódýrara fyrir þjóðfélagið. Það víta allir hvað sjúkrávistun er dýr.“

Eins og getur líta hér á síðunni þá eru helstu flokkar geðveikinnar nefndir og útskrýðir. En hver eru mörkin á milli þeirra?

„Það er alveg örugglega mjög erfið fyrir lækna að setja einhver skýr mörk á milli þessara tegunda geðveikinnar, þegar þeir eru að fast við sína sjúklinga. Við höfum t.d. beyrt lækna segja það, að mjög erfið sé að greina á milli þessu hvort viðkomandi aðli sé geðsjúkur eða hvort hann eigi við geðræn vandamál að stríða.

En við getum líka spurt okkur að því, þegar við litum til þeirra geðsjúklinga sem komnir eru inn á stofnun, hvort það sé eðlilegt að 80% þeirra séu útskrifast á ári hverju frá stofnun innritist einu sinni eða jafnvel oftast inn á sömu stofnun á sama árinu. Þá



Andrea: „... 80% þeirra sem útskrifast á ári hverju frá stofnun innritast önu sinni eða jafnvel oftast inn á sömu stofnun á sama árinu.“

— Sjá bls. 2-3

Myndir: Gunnar V. Andrésson

Greinin er 3 síður og það er hægt að lesa alla greinina á þessari síðu:

http://timarit.is/view_page_init.jsp?issId=188758&pageId=2458148&lang=is&q=Ge%F0hj%E1lp