

Geðrækt – arðbæart verkefni

Þegar litið er til síðustu áratuga er ljóst að þjóðfélagið hefur þróast inn á braut forvarna á mörgum sviðum. Slysavarnir, þjófavarnir, mengunarvarnir, eldvarnir og eyðnivarnir, svo fátt eitt sé nefnt. Þessi hugtök voru nær ókunn islenskri tungu fyrir um 40 árum. Nú sjást þau daglega í einhverjum fjölmiðlana, á skiltum eða í auglýsingum. Þetta er stöðug framþróun til þjóðfélags sem ver þegna sína gegn því sem raskar öryggi, jafnvægi eða heilsu þeirra. Raskar hlutum sem veita hamingju og velsæld. Brátt verður geðheilsa ekki lengur undanþegin forvarnaþjóðfélaginu.

Skilar samfélaginu miklu

Ríkjandi svör nítjándu aldar við geðröskunum voru forræði og umönnun sem breyttust á tuttugustu öldinni í umönnun og meðferð. Það er mjög líklegt og nánast víst að ríkjandi svör tuttugustu og fyrstu aldarinnar við geðröskunum verði forvarnir og fræðsla. Geðrækt og geðheilsuefning. Að minnsta kosti for-

Kjallari



Héðinn Unnsteinsson

upplýsinga- og fræðslu-
fulltrúi Geðhjálpar

varnir og fræðsla í bland við umönnun. Því er geðrækt svar geðheilbrigðisgeirans við auknum forvörnum í þjóðfélaginu. Geðræktin sem verjandi aðgerð á eftir að skila samfélaginu miklu. Geðræktin er arðbæart verkefni sem svo víða mun snerta fólk í formi bættrar líðanar, aukins fróðleiks og heilsteyptra samfélags.

Tryggingafélög ættu að sýna geðræktinni mikinn áhuga ef tekst að fækka geðröskunum og tryggingakostnaði þeim tengdum. Heilbrigðis- og tryggingamálaráðuneytið ætti að sýna áhuga ef lífshættulegum geðröskunum eins og þunglyndi fækkaði sökum geðræktarinnar. Einnig ef drægi úr sjálfsvígum af hennar völdum.

Félagsmálaráðuneytið ætti að sýna geðræktinni áhuga því af hennar völdum gæti sú upphæð sem fer í örorku og annan kostnað vegna geðraskana farið lékkandi. Dómsmálaráðuneytið ætti að sýna geðræktinni áhuga því að hún bætir geðheilsu landsmanna og kann að leiða til



„Fljótlega munu Geðhjálpar, geðsvið Landspítalans háskólasjúkrahúss og Landlæknisembættið hrinda geðræktinni af stað. Verkefnið mun standa yfir í þrjú ár til að byrja með.“ – Geðhjálpar í nýju húsnæði.

bættra félagslegra aðstæðna sem draga úr afbrotum og glæpum.

Þriggja ára verkefni

Skólar og fyrirtæki ættu að fjálfesta í geðræktinni því hún eykur hagsæld þeirra og afköst til muna. Almennur ætti síðast en ekki síst að lofa geðræktina því hún mun ef stunduð veita þeim aukna vellíðan og aukið jafnvægi. Slíka þætti ættu leiðtogar ríkis og sveitarstjórna að líta jákvæðum augum og gera allt sem í þeirra valdi stendur til þess að geðræktin megi dafna sem víðast, öllum til hella.

Fljótlega munu Geðhjálpar, geðsvið Landspítalans háskólasjúkrahúss og Landlæknisembættið hrinda geðræktinni af stað. Verkefnið mun standa yfir í þrjú ár til að byrja með og eftir það vonandi sjálfbært en fyrstu þrjú árin verður leitað til einkafyrirtækja með fjármögnun þess.

Það er von mín að fyrirtæki sjái sér hag í því að styrkja svo samfélagsvænt verkefni. Verkefni sem hefur áhrif á líf svo margra og breytir viðhorfi heillar þjóðar til geðraskana og geðheilbrigðis.

Héðinn Unnsteinsson