

# Er geðklofi ógn? Nei! Þekking eyðir ótta!

## Vala Lárusdóttir fjallar um geðklofa og starfsemi Geðhjálp

GEÐKLOFI virðist vera sá sjúkdómur sem hvað mest vekur ótta af öðrum geðsjúkdómum. En hvað veldur þessum ótta? Þekkingarleysi. Þessi sjúkdómur er líka þess eðlis að viðkomandi er oft ekki fær um að bera hönd fyrir höfuð sér og berjast fyrir sjálfsögðum mannréttindum og virðingu í samfélaginu.

Í Kastljósi hinn 31.10. síðastliðinn var viðtal við húsnaðislausan rúmlega þrítugan mann sem lifað hefur með geðklofa í tíu ár. Það vakti athygli mína hvað þessi maður kom vel fyrir. Ég ræddi þetta við geðlækni sem var sama sinnis, fannst viðkomandi koma öllu mjög skýrt og vel frá sér, og bætti við að ef hann hefði ekki vit að um sjúkdóminn hefði hann ekki grunað að viðkomandi væri greindur geðklofi.

Þessi ungi maður er einmitt gott dæmi um hversu góðan bata ein-

staklingar með geðklofa geta hlotið með sjálfshjálpi, að þekkja hættumerki sjúkdómsins, hjálpi fráþærra lyfja og víðeigandi meðferð fagaðila að ógleymdum stuðningi fjölskyldunnar sem er einn stærsti hlekkurinn í bataferlinu.

Alls konar ranghugmyndir og fordómar viðhafast um þennan geðsjúkdóm. T.d. að viðkomandi sé margar persónur og sé ofbeldishneigður, svo eitthvað sé nefnt. En báðar ofantaldar staðhæfingar eru rangar. Þessir einstaklingar eru ekki margar persónur né ofbeldishneigðari en gerist

meðal almennings samkvæmt rannsóknnum. Þeir einstaklingar sem greinast með sjúkdóminn og eru hættulegir sér og umhverfi sínu fá vist á víðeigandi stofnun. En það eru mun færri einstaklingar en þeir sem eru úti í samfélaginu.

Lesandi góður, ef þú ert haldinn hræðslu eða fordómum gagnvart geðklofa, þá er einfalt að nálgast bæklinga á heilsugæslustöðvum, apótekum og víða um sjúkdóminn,

auk þess sem hægt er að fara á netið, t.d. netdoktor.is o.fl., því þekking eyðir ótta!

Undirrituð hefur verið í aðstandendahópi Geðhjálpar síðan í vor. 30.10. sl. var hann formlega stofnaður með yfirskriftinni „Fram í dagsljósið“. Já, það er einmitt eitt af þeim mikilvægu sporum sem aðstandendahópur Geðhjálpar ætlar að stíga í framtíðinni. Það gladdi okkur að húsfyllir var á fundinum og það er augljóst að róttækra aðgerða er þörf. Hópurinn starfar á grundvelli 10. gr. laga Geðhjálp.

### Mikilvægustu markmið hópsins eru

– Að berjast fyrir því að þeir sem þjást af geðsjúkdómum og aðstandendur þeirra njóti sömu mannréttinda og virðingar og aðrir í samfélaginu.

– Að vinna gegn fordómum og vanþekkingu á geðsjúkdómum og afleiðingum þeirra.

Þetta þýðir að:

Hópurinn berst fyrir bestu þjónustu sem völ er á og endurhæfingu sem tekur mið af þörfum hvers og eins.

– Hópurinn beitir sér fyrir fræðslu um geðsjúkdóma og afleiðingar þeirra fyrir þá sem af þeim þjást.

Verkefnin eru mörg og mikilvægt er að allir þeir aðilar sem að úrræðum koma, að ógleymdum notendum og aðstandendum, séu í samráði og forgangs-röðun. 6

Til að fá aðild að aðstandendahópi Geðhjálp er skilyrði að ganga í Geðhjálp þar sem hópurinn starfar undir hatti félagsins. Við hvetjum aðstandendur og áhugafólk til að ganga til liðs við okkur. Áhugasamir hafi samband við Geðhjálp, Túngötu 7, Rvk, sími 570 1700.

Aðstandendahópur Geðhjálpar horfir fyrst til búsetu- og endurhæfingarlausna auk fræðslu. Verkefnin eru mörg og mikilvægt er að allir þeir aðilar sem að úrræðum koma, að ógleymdum notendum og aðstandendum, séu í samráði og forgangs-röðun.

Mig langar að færa öllu hinu góða fráþærra fólki innan Geðhjálp, aðstandendahópnnum og öðrum sem hafa lagt ómælda vinnu í málaflokk-

inn og skapað umræðu hjartans þakkir. Sérstakar þakkir fá hæstvirtur félagsmálaráðherra Árni Magnússon og hæstvirtur heilbrigðisráðherra Jón Kristjánsson fyrir að leggja málefnið lið með auðsýndum áhuga og skilningi að sögn talsmanna okkar í aðstandendahópnum.

Okkar fráþærra leikkona Edda Heiðrún Backman sagði nýverið í viðtali í Ríkissjónvarpinu varðandi MND-sjúkdóm sinn og hvernig hún tækist á við hann, að hún liti á þetta sem verkefni en ekki veikindi. Þetta þótti mér falleg og uppbyggileg setning. Það er gott að það er til fólk eins og hún, sjúkum og aðstandendum til hvatningar í erfiðum sporum.

Ég ætla að hafa fallegu fleygu setninguna hennar Eddu Heiðrúnar að leiðarljósi og líta á veikindi míns ástvinar sem verðugt verkefni, horfa á styrkleika hans, því að það er svo sannarlega gefandi.

Ég leyfi mér hér með að stíga fram í dagsljósið og er stolt af því. Fólk velur sér nefnilega ekki sjúkdóma, en það er samdóma álit hópsins að geðsjúkdómar þurfa að fá sömu umfjöllun og aðrir sjúkdómar.

Höfundur starfar með aðstandendahópi innan Geðhjálp.



Vala Lárusdóttir