

## Vil ha et oppgjør med stigma og fordommer

– Mange tenker at har du fått en psykisk lidelse, så er du dømt til å kjempe med dette. Men det er gode prognoser. Vi må ta et oppgjør med stigma og fordommer, sa psykiaternes leder under markeringen av foreningens 100-årsjubileum.

Jan Olav Johannessen, leder i Norsk psykiatrisk forening, mener at hadde det vært mindre stigma og bedre opplysning om dette, så hadde en del kanskje søkt hjelp tidligere. Kronprins Haakon berømmet under åpningen av jubileet, psykiaternes arbeid på feltet.

– Det gjøres en aktiv og målrettet innsats for å bryte ned tabuene knyttet til psykisk helse. I tillegg til brukerne og deres pårørende er psykiatriske fagmiljøer sterke pådrivere i dette arbeidet – ikke minst gjennom formidling av sin kunnskap. Økt kunnskap og personlige møter er effektive verktøy for å fjerne fordommer, sa kronprinsen.

Legeforeningens president Torunn Janbu understreket at mange pasienter med fysiske lidelser i dag har store forventninger til at de skal få behandling og bli friske.

– Dette gjelder ikke i like stor grad pasienter med psykiske lidelser, men det er også en feilaktig oppfatning i befolkningen at psykiske lidelser alltid er kroniske og at ingen blir friske fra dem. Det er ikke riktig. Det er god hjelp å få. Kunnskap om psykisk lidelse, tillit til behandlingsapparatet og god tilgjengelighet er forutsetningen for å oppsøke helsetjenesten med et problem og få tidlig hjelp, sa hun.

Også helseminister Sylvia Brustad la vekt på behovet for å få ut enda mer kunnskap. Hun berømmet psykiaterne for å ta til orde for mer tid til mykere terapiformer.

### Obligatorisk fag

Norsk psykiatrisk forening går nå inn for at kunnskap om psykisk helse blir et obligatorisk fag i videregående skole. – Vi ønsker at det blir obligatorisk med psykologi, behandling og behandlingsmuligheter, hvordan få hjelp og psykisk førstehjelp, sier Jan Olav Johannessen.

Han mener også at alle norske helseforetak må pålegges å utvikle systemer for tidlig oppdagelse og behandling av unge med psykiske lidelser. En annen kampsak er en ny opptrappingsplan i psykiatri, men denne gangen på det faglige plan.

– Opptrappingsplanen har hittil fokusert mest på organisasjon og struktur. Nå ønsker vi mer oppmerksomhet på behandlernes kompetanse. Vi trenger en faglig opptrappingsplan, mener han. Nestleder Ann Færden sier psykiaterne har vært glade for opptrappingsplanen, men at de nå ønsker mer satsing på kvaliteten i den behandling de tilbyr den enkelte pasient.

– Vi vet fremdeles for lite om hva som er best behandling. Mer forskning må til, mener hun.

### Norge i fremste rekke

Johannessen var samtidig rask med å understreke at selv om man hele tiden er opptatt av forbedringer og ønsker seg mer ressurser, må man også huske på at Norge



Kronprins Haakon berømmet psykiaterne for innsatsen med å fjerne stigma og fordommer. Bak ses leder Jan Olav Johannessen i Norsk psykiatrisk forening. Foto Cecilie Bakken

innen psykiatri er blant de fremste i verden. Også her høstet psykiaterne anerkjennelse fra kronprins Haakon. – Norske psykiatere har bidratt til en faglig utvikling som gjør at vi i internasjonal sammenheng har en plassering i fremste rekke, sa kronprinsen.

### Cecilie Bakken

cecilie.bakken@legeforeningen.no  
Avdeling for informasjon og helsepolitikk

### Norsk psykiatrisk forenings helsepolitiske punktprogram for fremtidens psykiatritilbud:

1. Et oppgjør med stigma og fordommer.
2. Psykisk lidelse kan forebygges.
3. Obligatorisk undervisning i psykisk helse i skolen.
4. Tidlig oppdagelse og behandling av alvorlig psykisk lidelse hos unge.
5. Bedre tilgjengelighet og lav terskel. Ambulante tjenester må bygges ut etter en mer kunnskapsbasert modell.
6. Sikre og utvide plassen for psykoterapi og andre tidkrevende psykososiale behandlingsformer.
7. Etter 2008 må vi få en faglig opptrappingsplan. Kunnskapsbasert utvikling av psykiatrilidelsestjenestene og kunnskapsbasert klinisk praksis. Forskningsinnsatsen må økes.
8. Reduksjon av tvangsinnleggelse og tvangsbehandling.
9. Brukermedvirkning i behandlingen. Målet på kvalitet er våre behandlingsresultater og tilfredse pasienter.
10. Rett til arbeid.

### Femi psykiatri?

Er psykiatrien i for stor grad blitt overtatt av feminine metoder, med stor vekt på blant annet psykoterapi? Er det vanskelig å nå menn og engasjerer vi innen mannsdominerte kulturer? Det var noen av spørsmålene til panelet da Norsk psykiatrisk forening diskuterte fremtidens psykiatri og fremtidens psykiater. Flere av paneldeltakerne medga at dette kunne være et problem, og at menn ikke ville føle seg bekvem med «kvinnemetodene» de ble tilbudt.

– I en undersøkelse var pasientene spurt om de ville ha medisin eller samtale. Mennene valgte piller og kvinnene ville snakke, sa psykiater Tone Tangen Haug. Andre gjorde også et poeng av at 75 prosent av pasientene som nå går i psykoterapi, er kvinner.