



Kjell Magne Bondevik

leder, Oslosenteret for fred og menneskerettigheter

Psykisk helse fortsatt tabu

Jeg har selv møtt veggen. I Sør-Afrika mener 45 prosent av dem som har psykiske problemer at de blir diskriminert.

Verdens helseorganisasjon (WHO) anslår at på verdensbasis vil mer enn én av fire en gang i livet få en psykisk lidelse. I forbindelse med Verdensdagen for psykisk helse var jeg i Sør-Afrika og fortalte min historie for å gi et bidrag i antistigmakampen.

I samarbeid med den sørafrikanske organisasjonen for mental helse – South African Depression and Anxiety Group (SADAG) – og Carter-senteret fikk vi ut budskapet gjennom aviser og radioprogrammer: Man skal ikke skamme seg over sin psykiske lidelse. Informasjon om hva psykiske lidelser innebærer, og behandlingen av dem, er viktig for samfunnsutviklingen og den enkeltes liv.

Jeg mener det er viktig å dele byrden med andre og søke profesjonell hjelp. Men hvor enkelt er det for sørafrikanere å få den nødvendige hjelpen? SADAG forteller at 70 prosent av dem med psykiske problemer oppsøker tradisjonelle healere. Nesten en tredjedel av verdens land har ikke egne budsjettposter for psykisk helse, og en femtedel av dem som har det, bruker mindre enn én prosent av budsjettet på mental helse. Det viser informasjon fra WHO.

– Folk har sympati med en som har brukket et ben eller fått et hjerteanfall, men har du depresjon eller angst, blir det ikke sett på som et helseproblem, sa SADAG-lederen til mediene vi snakket med.

Slik var det også her til lands tidligere. Men etter som flere og flere har stått frem med sine historier, er det ikke lenger slik at de med psykiske lidelser ikke møter noen form for forståelse i samfunnet. Psykiske

lidelser er blitt avdramatisert, og det er blitt investert millioner av kroner i behandlingssystemene.

Alle mennesker er en ressurs, uansett om du har en legejournal med et brukket ben, nyretransplantasjon, depresjon eller kreft. Det er viktig at tabuet blir revet ned.

I et land som Sør-Afrika er det helt avgjørende. Psykiske lidelser oppstår gjerne i forbindelse med hiv/aids, fordi det er mye skam, diskriminering og utstøting forbundet med sykdommen.

Tall fra UNAIDS viser at det i 2005 var 5,5 millioner mennesker, inkludert 240 000 barn under 15 år, som levde med hiv i Sør-Afrika. Som i resten av Afrika sør for Sahara rammer sykdommen disproportjonalt kvinner.

Psykisk helse er viktig i arbeidet i forhold til Sør-Afrika, ikke minst fordi det der angår så mange. World Medical Association (WMA) er nok enig med meg i det. Islendingen Jon Snedal ble valgt til leder på generalforsamlingen som ble arrangert nettopp i Sør-Afrika i fjor, og Legeforeningen har drevet menneskerettighetsarbeid i dette landet, som nedkjempet apartheidregimet.

For det handler om menneskeverd.

Det er vårt felles ansvar og vår gjensidige utfordring å forbedre situasjonen til mennesker som lider av psykiske sykdommer, også i utviklingsland, hvor de økonomiske ressursene er knappe.

Så kan man spørre om dette er det viktigste å jobbe med i et land som har høy arbeidsledighet og dårlige bo- og sanitærforhold for millioner av mennesker.

Det medisinske tidsskriftet *The Lancet* har i den senere tid hatt en serie i seks deler om global mental helse. Artiklene viser at det hvert år er opp mot 30 prosent av befolkningen i verden som vil få en form

for mental lidelse. To tredjedeler av disse vil motta inadekvat eller ingen form for behandling, selv i land med de beste ressurser. I mange utviklingsland er det et behandlingssjikt på 90 prosent.

Det er en menneskerett ikke å bli diskriminert. Det er en menneskerett å bli sett og hørt. Ifølge WHO blir mennesker med slike lidelser ofte sosialt isolert, har lav livskvalitet og økt dødelighet. Disse lidelsene bidrar til økonomisk stagnasjon og økte sosiale utgifter.

Det er svært viktig å jobbe med dette for å få mer likestilte, sunne og rettferdige samfunn. Vi her hjemme har en plikt til å hjelpe.

Så lenge så mange blir psykisk syke er dette arbeidet viktig, fordi det nettopp angår så mange og har betydning for den økonomiske utviklingen i landene. Det er svært viktig for å hindre sosial utstøting, slik at alle har en mulighet til å bidra i sitt lokalsamfunn og være verdifulle på sitt vis.

Jeg har selv følt på kroppen hvor svak man føler seg når en psykisk lidelse rammer. Jeg var så privilegert at jeg fikk den profesjonelle hjelpen jeg trengte. Jeg fikk massiv støtte av venner og familie. Etter nesten fire ukers sykmelding var jeg tilbake på jobb.

Jeg hadde jo aldri trodd at en psykisk lidelse kunne ramme meg. Jeg har lært en lekse. Jeg har erfart at selv en statsminister kan få seg en psykisk knekk, men faktisk komme tilbake til den noe atypiske jobben med nye krefter.

Nå er det viktig å få bort tabuet rundt psykiske lidelser. Etter min sykdomsperiode følte jeg meg igjen som et helt menneske. Det er viktig at alle som sliter med sin mentale helse får muligheten og hjelpen til å lege sår som ikke kan dekkes over med plaster eller gips.

Kjell Magne Bondevik

I neste nummer:

- Parathormon mot osteoporose
- Kirurgi ved levermetastaser
- Rehabilitering etter hjerne-skade

- Helsetjenester i Japan
- Korridorpasienter
- Kriseinnleggelses ved psykisk sykdom