

Fastlegen lærer av pasienter og pårørende

Prosjektet «Erfaringsutveksling om psykisk helse» fikk en god start da allmennpraktiserende leger og representanter for bruker- og pårørende-organisasjoner møttes til konferanse i november.

Legeforeningen og ti bruker- og pårørende-organisasjoner innen psykisk helse har etablert et felles prosjekt der intensjonen er å bruke erfaringene og ressursene til pasienter og pårørende for å høyne allmennlegenes kompetanse på området psykisk helse, både gjennom videre- og etterutdanning og på annen måte. Prosjektet er finansiert av Helsedirektoratet.

Nybrottsarbeid

– Målet med konferansen var at deltakerne skulle oppleve samspill og knytte kontakter som åpner for fremtidig samarbeid både på systemnivå og individnivå, forteller Bente Aschim, veilederkoordinator i Legeforeningen. Hun sitter i arbeidsgruppen for prosjektet sammen med veilederkoordinator Sverre Lundevall fra Legeforeningen og fire representanter for brukerorganisasjonene.

– Konferansen var motivert av et ønske om at pasienter, brukere, pårørende og organisasjoner i større grad trekkes inn i aktivitetene i legers videre- og etterutdanning.

– Dette er et eksperiment, og vi har lagt opp til en aktiv dag med korte foredrag og samtaler i grupper, sa Sverre Lundevall i sin innledning. – Vi har invitert deltakere som er interessert i psykisk helse og som er åpne for nye ideer. Kanskje kan vi få til noe felles, sa han og oppfordret deltakerne til å være aktive og til å stille spørsmål. Delta-

kerne ble delt i fem samtalegrupper bestående av leger og representanter for brukerorganisasjonene. Tema i gruppesamtalene var «møtet» og «makt» med utgangspunkt i innledninger fra henholdsvis Gisle Roksund, Kristin Berling, John Nessa og Ole Kristian Johansen.

Å bli møtt

Gisle Roksund, leder i Norsk forening for allmennmedisin, ga en oversikt over allmennlegens møte med pasienter med psykiske problemer. Han pekte på at det er et stort antall pasienter med psykisk lidelse i allmennpraksis. En tredel av konsultasjonene dreier seg om et psykisk problem. Ca. 90 % av alle psykiske lidelser behandles i allmennpraksis, sa han. – Kjernepunktet er at allmennmedisinen er personfokusert. Allmennlegen er også den person innen helsevesenet som pasientene har det mest langvarige forholdet til, sa han. Gjennomsnittlig varer et lege-pasient-forhold 7,7 år. – Kommunikasjon og forståelse er grunnlaget for god behandling, fastslo Roksund.

Kristin Berling fra Landsforeningen for pårørende innen psykiatrien (LPP), holdt et tankevekkende innlegg under overskriften «Å bli møtt». Hun tok utgangspunkt i møtet mellom lege og pasient. – Denne dagen er også et slikt møte, sa hun. – Det er en smerte i møtet, men det er også en meningsfylt smerte som ikke må fjernes, sa Berling.

– I møtet er målet å lytte, å støtte, å inngi verdighet og å gi pasienten lyst til å komme tilbake sa hun.

Makt må være basert på tillit

Allmennlege John Nessa snakket om makten i lege-pasient-forholdet. Han trakk frem to typer makt – statusmakt og kommunikativ makt – og understreket at i lege-rollen henger makt og ansvar sammen.

– Mange profesjoner har statusmakt i kraft av stilling, prestisje og formelt ansvar, sa Nessa. – Dette er primært en negativ makt, fordi vedkommende har makt til å si nei, til å sette grenser og til å overstyre. Det er lett å ty til statusmakt for å skjule egen inkompetanse, kanskje særlig i psykiatrien, sa han. – Den positive makten er det vi kan kalle kommunikativ makt, sa Nessa. Her er det mulighet til å bidra med noe, men det må være basert på tillit.

I psykiatrien er pasientens fortelling om seg selv både et startpunkt og et mål for det medisinske arbeidet. – Det er legens evne til å «lese» pasienten med et faglig blikk som bestemmer om legen bør få makt eller ikke.

Ole Christian Johansen fra Mental helse tok utgangspunkt i sin egen opplevelse og fortalte engasjerende om hvordan hans psykiatriske diagnoser var blitt brukt mot ham når det han ønsket, var å bli møtt som en person med ressurser og utviklingsmuligheter.

Åpne for kontakt

– Det var stor aktivitet og god stemning på møtet, sier Bente Aschim. – Vi lærte alle noe. Det er viktig med gjensidig anerkjennelse av hverandres kompetanse, både den som er basert på erfaring og den som er basert på teoretisk kunnskap. Brukerne og organisasjonene kan bidra både med lærerike individuelle erfaringer og oppsummert kunnskap. Dette er ressurser vi som arbeider med legers videre- og etterutdanning ikke har vært tilstrekkelig klar over.

Samtidig ble det vist at allmennmedisinen er mer opptatt av pasientene som personer enn av diagnosene de har, og at vi som fastleger er innstilt på å samarbeide med pasientene og deres nettverk over lang tid, understreker hun.

I etterkant vil det bli iverksatt tiltak for å videreføre arbeidet som ble påbegynt i løpet av konferansen.

Lise B. Johannessen

lise.berit.johannessen@legeforeningen.no
Avdeling for informasjon og helsepolitikk



Gisle Roksund og Kristin Berling snakket om betydningen av å bli møtt. Foto Lise B. Johannessen