



Randi Talseth

Generalsekretær i Voksne for Barn

Foto Christopher Olsson

## Sirkelen kan brytes!

«Jeg er deprimert og skjuler det. Jeg er så lei meg at jeg vet ikke helt hvor jeg skal gjøre av meg noen ganger.» Uttalelsen kommer fra en ung jente som har vokst opp med en psykisk syk mor.

Det å vokse opp med en psykisk syk mor eller far kan i seg selv være sykdomsfremkallende. Vi vet at mellom 50 % og 70 % av barn og unge som vokser opp med en psykisk syk forelder, selv debutterer med depresjon før de fyller 18 år. Barna har ofte lite kunnskap om foreldrenes psykiske lidelse og forstrekker seg psykisk og fysisk ved å ta på seg for stort ansvar for mindre søsken, husarbeid og for den syke forelderen.

For en tid tilbake holdt jeg et innlegg for en gruppe allmennleger om barn med foreldre med psykisk sykdom. En engasjert gjeng, som ble mer og mer stille etter som jeg snakket. Jeg spurte hva som skjedde og fikk til svar: «Vi får opp bildene av alle de familiene vi ikke har fått hjulpet.» Mange i forsamlingen hadde eksempler som viste at de var bevisst på sammenhengen mellom syke voksne og konsekvenser for familien. Ett eksempel: En mor er under behandling for en alvorlig psykisk lidelse og far holder hus og hjem sammen så godt han kan. Det eldste barnet har allerede et selvmordsforsøk bak seg, mens det yngste sannsynligvis har utviklet en spiseforstyrrelse. Som fastlege for familien så legen helheten, men hva kunne hun gjøre?

Fastleger vet ofte lite om hva som finnes

av forebyggende tiltak for barna. De en del av det kommunale apparatet, men samspillet og oversikt over hva de ulike kommunale tjenestene har av tiltak, varierer stort. En samhandlingsreform også innen samme forvaltningsnivå – kommunene – er relevant når det gjelder disse familiene.

Fra januar 2010 har vi fått et nytt lovverk som fastslår at alt helsepersonell *har plikt til* å undersøke og følge opp barns behov dersom en forelder er alvorlig somatisk eller psykisk syk eller har et rusproblem. Spesialisthelsetjenesten er pålagt å ha barneansvarlig personell på alle poster hvor de behandler voksne. Likevel – det er i kommunene barna bor. Tjenesteapparatet her vil ha hovedansvaret for tiltak som settes i gang, selv om behovet registreres og formidles av spesialisthelsetjenesten. Det blir spennende å se om dette medfører endrede samarbeidsrelasjoner og ikke minst opprettelse av nye forebyggende tiltak! Fastlegene vil sannsynligvis vite om barn som har foreldre med alvorlig sykdom før spesialisthelsetjenesten kommer inn i bildet. Siden ansvaret er lagt på *alt helsepersonell*, bør dette få følger for hvordan fastlegene arbeider. Et minimumskrav må være at man er kjent med tilbud som finnes eller at det tas initiativ til at tilbud etableres. Det er ønskelig at fastlegene starter en prosess hos foreldrene, gjerne med hensynsfulle spørsmål som viser positiv interesse. Hvordan er det å være forelder når man strever med sitt eget liv?

Et hensiktsmessig tiltak kan være å gjennomføre en *barneperspektivsamtale* med familien, der man snakker med både foreldre og barn ut ifra hvordan situasjonen

oppleves for barnet. Fastleger kan gjennomføre slike selv, eller sørge for at andre gjør det. Organisasjonen Voksne for Barn tilbyr egnet informasjonsmateriell og opplæring i hvordan man kan ivareta barn med psykisk syke foreldre. Det viktigste er likevel at ansvaret for oppfølging av barna er avklart, enten man velger det ene eller det andre tiltaket. Fastlegens unike innsikt gjør det mulig å fange opp disse barna raskt og sørge for at de får adekvat hjelp. Men det er mange som kan følge opp en prosess i familien hvor barnas behov er tema. Har fastlegen i hvert fall introdusert temaet, er det til stor hjelp for andre instanser.

Selvfølgelig er det ikke slik at alle barn med alvorlig syke foreldre har det forferdelig. Mange går det bra med – særlig de som har en forelder eller annen nær voksen som støtter og hjelper. Det er heller ikke slik at de syke voksne ikke tenker på barna sine. Tvert imot – de er bekymret for at de ikke skal strekke til i foreldrerollen. Ved å invitere til samarbeid *før* problemene har fått vokse seg store, slipper kanskje barna å vende tilbake til fastlegen med samme problem som foreldrene.

*Randi Talseth*

### I neste nummer:

- Nyfødtdiagnose
- Blødende magesår
- Biobanker
- Lupusnefritt
- Bekkenreservoarkirurgi
- Diabetesgenetikk