

Forebygging av psykiske lidelser er viktigst

Psykiater Synnøve Bratlies dager som psykiater gir et godt innblikk i hva mange mennesker sliter med.

Det er et godt nettverk, gode venner, barnehager og skoler, trygge foreldre og at den enkelte passer på seg selv. I tillegg til å styrke sunne relasjoner hos barn og unge, fremhever hun at politikere og bevilgende myndigheter må ta inn over seg at tid er en viktig ressurs i behandlingen av pasienter med psykiske lidelser.

– Når problemet for eksempel er at pasienten ikke stoler på andre mennesker på grunn av tidligere opplevelser, kan ikke det fikses ved å si: Du kan stole på meg. Det må erfares igjen og igjen at terapeuten er pålitelig, er til stede, holder avtaler, lytter og prøver å hjelpe etter beste evne. Slik kan gamle erfaringer «overskrives» inne i pasienten, som langsomt blir mer tillitsfull, først til terapeuten, deretter til andre mennesker, sier hun.

– Det er så store, udekkete behov innen psykiatri at jeg er glad for alle tilførte ressurser. Fastlegene som øker kompetansen på kognitiv terapi er bra, psykologer ansatt i kommunen er bra, spesialsykepleiere innen psykiatri er fint, osv. Det trengs mer over alt!

Obligatorisk, gratis foreldrekurs

Den erfarne psykiateren gjentar at det viktigste for psykiatrien, er forebygging.

La barn utvikle seg på egne premisser, med læring og vekst tilpasset den enkelte. Hjelp barnet til å ha realistiske mål for seg selv, til å tåle normale skuffelser, tåle moderat frustrasjon, gi uttrykk for egne meninger,

«Gi alle barn en trygg oppvekst, med gode tilknytningspersoner»

kunne vise sinne på en adekvat måte og bli selvstendige mennesker. Dessverre er denne visjonen utopi. Som psykiatere vil vi få nok å gjøre i årene som kommer også.

Dette svarer privatpraktiserende psykiater Synnøve Bratlie på spørsmålet hvis hun fikk makt til å gjøre endringer i samfunnet og i psykiatrien.

– Jeg ville instituert obligatorisk, gratis foreldrekurs til alle gravide med partner med tema «Hvordan få trygge, sunne barn». Jeg ville også hatt et tema inn i skolen: Hvordan vise og formidle følelser på en sunn måte, sier hun.



Synnøve Bratlie tar fatt på sin andre periode i sentralstyret. Foto Ellen Juul Andersen

Høy medlemsstilslutning

Synnøve Bratlie peker på tre områder hun mener er de viktigste utfordringene for Legeforeningen. Det kan bli et vanskelig arbeidsmarked for leger. Frustrerte leger kan komme til å føle at de ikke får nok bistand/nytte av å være medlemmer i Legeforeningen. Derne er det en stor utfordring fremover å beholde eierskap til fagutviklingen. Bare leger er leger og kan forvalte den avanserte medisinske kunnskapen. Sterke krefter, både politiske og økonomiske, vil påvirke utviklingen av faget i fremtiden. Den tredje utfordringen er at Legeforeningen bør si tydelig i fra i spørsmål som vedrører helse.

Styrken til Legeforeningen er blant annet høy medlemsoppslutning. Videre at legene eier faget.

– Det må vi fortsatt gjøre. Kunnskap er makt, det vil gjelde i fremtiden også, understreker hun.

Håper på bra skiføre

Psykiateren er sprek. Hun treffes gjerne på ski om vinteren, elsker turer i Nordmarka, gjerne alene, i nypreparerte spor! Om sommeren er det sykling. Fritiden brukes sammen med familien. Hun koser seg med

sitt lille barnebarn på to år, to flotte døtre og svigersønner.

– Jeg har en veldig trivelig mann som ofte er med på ski-, og sykkel, forteller hun. Helt fra studietiden har ti damer fra kullet holdt kontakt.

– Vi drar på turer og er et sterkt nettverk for hverandre. Vi har 40-årsjubileum i år! Siste ekspedisjon var sykling på Mallorca i fjor høst, sier hun begeistret.

Bokglad

– Du har skrevet boken Innblikk. Kommer det flere bøker? – Kanskje, men ikke så lenge jeg sitter i sentralstyret. Jeg trenger tid, blanke dager etter hverandre, for å skrive. Nå brukes slike dager til å lese sakspapirer. Men på nattbordet er det skjønnlitteraturen som har hedersplassen.

– Jeg leser mellom ti og tjue bøker i året. Den siste som moret meg veldig var *HUNDREÅRINGEN som klatret ut gjennom vinduet og forsvant*, av Jonas Jonasson. Anbefales. Her er det mye god historie, mange gode historier, juling og fantasi.

Ellen Juul Andersen

ellen.juul.andersen@legeforeningen.no
Samfunnspolitisk avdeling