

Stemmernes dag - så lyt!

Radioavisen: "Politiet dræbte i dag en skizofren mand, der truede medarbejderne i en kiosk med en kniv. Politiet havde først forsøgt at stoppe manden med en hund, men da det ikke lykkedes, blev de nødt til at skyde ham. Det er den tredje episode inden for kort tid, hvor en sindssyg går amok. Politiet oplyser, at manden ikke var i medicinsk behandling."

Der gik ikke længe, før tv-fladerne var tapetseret med psykiatere, som stod så tæt, at man næsten ikke kunne se den pæne naturbaggrund, fotografen havde udvalgt. Psykiaterne forklarede pædagogisk, hvordan disse mennesker er i deres stemmehallucinationers magt og derfor er farlige og utilregnelige. Psykiaternes budskab er klart og meget enkelt. Disse mennesker har brug for medicin og indlæggelser (læs: flere sengepladser).

Hvor er den nuancerede og modige psykiater, der tør stå frem foran kameraerne og fortælle, at så enkel er problemstillingen ikke? Der er nemlig en gruppe sindslidende, vi ikke kan hjælpe med medicin, og det kan ikke udelukkes, at de tre sindslidende mænd, der var involveret i de voldsomme episoder, tilhører denne gruppe.

Man skal ikke lede længe i Sundhedsstyrelsens vejledning om behandling med antipsykotika for at finde den oplysning, at der er 8 pct. med diagnosen skizofreni, som overhovedet ikke responderer på antipsykotisk behandling, og at 32 pct. kun oplever "nogen bedring." Det vil sige, at 40 pct. af de sindslidende, vi har udstyret med diagnosen skizofreni, kan vi ikke regne med at hjælpe godt nok ad medicinsk vej.

Det lykkelige er, at der også er hjælp at hente for de mennesker, der ikke har hjælp af medicinen, eller som ikke ønsker medicin. De kan nemlig hjælpes til at få kontrol over stemmerne.

I juni var jeg med det danske stemmehørernetværk til en konference, afholdt af det internationale stemmehørernetværk Intervoice. Det var en meget opløftende oplevelse at være sammen med stemmehørere og professionelle fra hele verden, som arbejder engageret sammen om samme målsætninger. Her er fokus ikke på at få stemmerne til at gå væk, men på at forstå stemmerne, at få kontrol over dem og at tale om og med dem.

Det er forbløffende at være i selskab med en stor mængde mennesker, der hører stemmer, og som lever helt almindelige liv, fordi de har kontrol over deres stemmer. For nogle er stemmerne helt forsvundet. Det er gennemgående for disse mennesker, at de har fået meget lidt hjælp i behandlingssystemet, da behandlingspsykiatriens overvejende biologiske forklaringsmodeller ikke har været til nogen hjælp for dem.

Stemmehørernetværket i Danmark (www.hearingvoices.dk) startede sidste efterår, men trods den unge alder har vi i netværket kendskab til ca. 26 selvhjælpsgrupper rundt om i Danmark, hvor stemmehørere kan mødes og udveksle erfaringer og mestringsstrategier. Nogle sygeplejersker er involveret i dette arbejde, men der er også sygeplejersker, som fraråder deres patienter at gå i disse grupper, da de tror, at stemmehørerne vil blive dårlige af det.

Da de for 15 år siden startede det engelske stemmehørernetværk, var reaktionen den samme fra det etablerede system. I dag er de engelske selvhjælpsgrupper et anerkendt supplement til andre psykiatriske indsatser.

Den 14. september afholdes den internationale stemmehørerdag, hvor stemmehørere i hele verden vil gøre opmærksom på, at man ikke behøver at være sindssyg, fordi man hører stemmer. Samtidig vil de fortælle om, hvordan man kan få hjælp.

Vi er som sygeplejersker udstyret med to ører og en mund. Måske er det et signal om, at vi skal lytte dobbelt så meget, som vi taler. Så lyt til stemmehørerne, de har brug for jeres opbakning til at skabe en anden hjælp.