

# Fort, fort, fort

av Lars Poverud



Kjære leser!

Jeg heter Lars, og er en fyr som med ujevne mellomrom blir deprimert og full av angst. Jeg har vært innom alle kategorier. Lett, moderat og alvorlig depresjon. En i sannhet munter situasjon når man er i den. Jeg kan ikke noe for det, men noen ganger tar verden en sving som gjør at jeg ikke klarer noe som helst. Bare det å stå opp når jeg våkner kan være slitsomt fordi det ikke venter noe muntert i enden av oppstandelsen. Det er så vidt jeg gidder å leve, eller orker å leve eller overleve. Heldigvis er jeg i stand til å tenke at hvis jeg tar livet av meg er det en del folk (familie og venner) som ikke ville likt dette. Som ville blitt triste og lei seg. Noen ganger ser jeg for meg begravelsen min, mennesker jeg er glad i, og som sannsynligvis er glade i meg. Gråt og tenners gnidelse. Tenker jeg. Håper jeg.

## Rognebær

Min siste alvorlige depresjon medførte at jeg var helt på grensen til psykose. Jeg husker at jeg var i en konfirmasjon hvor jeg satt sammen med et vennepar av meg, med deres halv voksn

barn. Der foreslo jeg for dem at det kanskje hadde vært lurt å legge rognebærvin ettersom det var mye rognebær å finne. Kona til min nære venn lurte på hvordan jeg visste dette, hvorpå jeg repliserte at jeg hadde sett at det var mye rognebær. Ingen skjønte at jeg kunne ha sett dette, bortsett fra meg selv og jeg insisterte på at det var mye rognebær.

Helt til kona til min gode venn formidlet at det faktisk var mai måned, altså ingen rognebær.

Jeg ville synke gjennom gulvet, og gikk ut for å ta en røyk.

På denne tiden hadde jeg problemer med å skille mellom drøm og virkelighet, noe jeg ofte har når jeg sliter som verst. Jeg la meg til slutt inn på en avdeling hvor det var mulig å være over tid. En avdeling som senere er nedlagt. En avdeling som hjalp meg. Som mange andre avdelinger hvor det er en aldri så liten mulighet for å være en stund, ble den nedlagt. Nedlagt. Nedlagt. Nedlagt. Fordi det ikke fungerte som en blindtarmsoperasjon. Hurra og tjo hei!

## Senger til besvær

Det blir færre og færre senger innenfor psykisk helsevern. Dette er en såkalt «villet politikk». Man tenker slik at det er fint å behandle psykiske lidelser på linje med en blindtarmsoperasjon. Det skal gå fort! Jo fortere jo bedre. Er ikke så mye penger å tjene på oss gærninger.

Det er tydeligvis slik at vi som innimellom er litt sprø skal behandles lynkjapt og så slippes ut i verden omtrent like dårlige. Muligens litt mindre dårlige. Hvis vi er heldige får vi oppfølging på distriktpsikiatrisk senter (DPS) etter en eventuell innleggelse, eller pre innleggelse, men vi skal vurderes først. Hvis vi er ekstra heldige slipper vi gjennom et stadig trangere nåløye, og hvis vi kommer gjennom nåløyet skal det gå fort, fort, FORT å få oss ut igjen. Vi er for dyre.

Selv opplevde jeg i sin tid å få et avvisningsbrev fra DPS hvor det stod at «det anses at pasienten (jeg) ikke vil ha nytte av terapien (selv om jeg akkurat hadde fylt ut et av disse uendelige spørreskjemaene hvor resultatet viste at jeg, ja nettopp, hadde nytte av terapien), etterfulgt av en setning om at man anså at det ikke ville være kostnadseffektivt å behandle pasienten (meg) videre.

Jeg var altså ikke verdt nok til at det var noe vits i å behandle meg videre. Omtrent som om man har en uhelbredelig kreftdiagnose eller ikke er en diamant, men en kvartskrystall. Hvis man har kreft som det ikke er noe å gjøre noe med, får man imidlertid palliativ behandling. Ikke så hvis man har en psykisk lidelse. Da er man ikke kostnadseffektiv. Hvis man tror man leter etter en diamant, men finner en kvartskrystall, så fortsetter man å lete. Fordi man vet at et eller annet sted finnes det en diamant. Man gir ikke opp! Jeg er altså ikke kostnadseffektiv nok. Det er vondt å vite. Jeg holdt på å gi opp når jeg fikk denne beskjeden. Jeg lurte på om det var noe vits i å leve videre. Men jeg valgte å leve videre fordi det er spennende, og innimellom moro.

Det er ikke kostnadseffektivt å operere og behandle en person med kreft som attpåtil er for eksempel 72 år. Men vedkommende vil få behandling selv om det er billigere å la vedkommende dø. Det er billigere å la et menneske på åtti år med blindtarmbetennelse dø enn å operere. Alt skal gå så veldig fort. Sykehusene skal tjene penger på oss, og de tjener ikke penger hvis ikke det går fort, fort, fort.

## Det viktigste og hva med asyl?

Det aller viktigste når mennesker blir innlagt psykisk helsevern synes for meg å være mer og mer: når kan vi få skrevet ut vedkommende! Hvor fort, fort, fort kan vi få skrevet ham/henne ut? Er vedkommende «syk nok»? Og her handler det ikke om vedkommendes selvopplevde symptomtrykk, men avdelingens/overlegens/LIS-legens/miljøpersonalets inntrykk av menneskets sykdom. Du kan føle deg som århundrets sykeste menneske. Du kan høre stemmer, se saker og ting som ikke er der og i det hele tatt. Hvis du vet at du hører stemmer og vet at du ser ting som ikke er der, så er du jammen meg ikke syk nok. Ut med deg! Fort, fort, fort.

Javel, du er innlagt, frivillig eller på tvang. Det viktigste fokuset er å få deg ut. Jo før jo bedre.

Noen ganger kan jeg savne den gamle asyltankegangen. Asyl som i et fristed. Et sted hvor man bare kan være. Være den man er når man er det. Et sted for hvile og skjerming. Et sted hvor man får tid til å finne tilbake til den man er eller vil være. Et fristed. Hvor man ikke umiddelbart får beskjed om at man blir skrevet ut fort, fort, fort.

Jo, men det blir dyrt! Det blir kjempe-dyrt! OK, jeg er med på den, MEN, har

man en alvorlig somatisk sykdom blir man ivaretatt over tid. Man får eksempelvis veldig dyr kjemoterapi, man får stråling som heller ikke er billig, man får for eksempel egen kreftsykepleier i bydel/kommune, og det finnes ikke noe fort, fort, fort. Ta den tiden du trenger. Dette kommer til å ta tid, men vi håper det beste. Har du kreft i siste stadium får du palliativ pleie. Dette er også dyrt.

Far min hadde kreft i siste stadium, og døde 06.11. i 2020. Det ble ikke spart på noe. Han fikk palliativ stråling på Ullevål (overført fra Kongsberg sykehus) sykehus. Han fikk smertepumpe og hei og hå. Han hadde det helt strålende helt til han døde.

## Tenk om

Tenk om man kunne tenke likedan om psykiske lidelser. Tenk om man kunne tenke at her har vi Lars. Han plundrer skikkelig! Han trenger tid til å finne ut hvem han er og hvor han er og hvorfor han er der han er akkurat nå! Tenk om man tenkte mer på mennesket og ikke på plassmangel (som er et stort problem ettersom sengene blir færre og færre). Tenk om det ikke var plassmangel, men at man kunne gi folk den tiden de faktisk trengte for å komme seg. Til å bli menneske igjen. Tenk om man kunne tilby senger på DPS-døgnavdelinger hvor man kunne være, i stedet for å stadig legge

ned senger. Over tid. Få tid til å være. Bare være. Med eller uten medisiner, og uten presset på at man må ut jo før jo heller.

Jeg har noen ganger trengt innleggelse. De to gangene jeg har vært innlagt psykisk helsevern har det vært frivillig fra min side, med en smule press fra omgivelsene, noe jeg har trengt. Når jeg begynner å ringe folk jeg ikke har sett på lang tid og be om unnskyldning for min oppførsel dagen før, uten at jeg har vært i kontakt med vedkommende, så trenger jeg hjelp, og det holder ikke med en samtale på DPS hver fjortende dag. Det holder ikke med å legge til noen medisiner.

Tenk om det fantes muligheter innenfor psykisk helsevern til å gi tid. Tid. Tid. Og ikke fort, fort, fort. Tenk om vi hadde et samfunn som ga tid, tid til å finne seg selv igjen etter å kanskje ha mistet seg selv en periode. At ikke alt handlet om å få oss ut så fort, fort, fort som mulig.

Jeg ønsker et sånt samfunn.

Takk for at du leste, og ha en god dag i din verden!

Varme hilsener fra

*Lars*

*lpoverud@online.no*

