

Resymé fra ISPS Norge konferansen 2021

av Olav Løkvik



Årets konferanse ble avholdt i form av et halvdagswebinar

ISPS Int (The international society for psychological and social approaches to psychosis), er en internasjonal organisasjon. Her til lands heter organisasjonen ISPS Norge. Hvert år siden 2004 arrangerer ISPS Norge en 2-dagers konferanse på Hamar hvor oppdatert forskning, psykoterapi og miljøterapi ved psykoselidelser blir presentert. Slik var planen også i 2021. Dessverre satte koronapandemien en stopper for årets samling. Styret for ISPS Norge bestemte derfor å arrangere et halv-dagswebinar 12. februar i år.

Cecilie B. Almås, leder for ISPS Norge innledet til webinar. Ingrid Heimark, sykepleier med egen brukererfaring, satte ord på den ekstra smerten som allerede vanskeligstilte og sårbare borgere i samfunnet vårt opplever, under tiden med smitterestriksjoner og nedstengninger av tjenestetilbud. Selv jobber Ingrid på sykehjem, og hun la til, at hun på vegne av beboerne håper at noe så enkelt som en klem må kunne bli mulig igjen.

Se www.ispsnorge.no for mer informasjon. Der ligger også presentasjoner over alle foreleserne som bidro.

Schizofreni/psykose: fra hjernesykdom til stresslidelse

En forelesning ved Jan Olav Johannessen, professor i psykiatri

Johannessen startet med å gi en forelesning om moderne psykoseforståelse og henviste bl.a. til Harry S. Sullivan som allerede den gang (*American Journal of Psychiatry*, July 1927), påminnet oss om å bli oppmerksom på tidlige tegn på alvorlig psykisk lidelse: «The psychiatrist sees too many end states and deals professionally with too few of the pre-psychotic». Sullivan dannet tidlig teori om hvordan interpersonlige relasjoner virker inn ved psykiske lidelser, og han er opphavet til fagbegrepet *signifikante andre*.

Videre viste Johannessen til forskningsrapporten fra Colizzi M og

Murray R (*Cannabis and psychosis: What do we know and what should we do?* British Journal of Psychiatry, 2018) som finner, at det foreligger i dag ingen kontroverser om at tungt cannabisbruk øker risikoen for psykose. Det er et sterkt faglig argument i den pågående offentlige diskusjonen omkring legalisering av cannabis.

Johannessens gjennomgang av psykoseforståelse og psykosens natur ga webinar deltakerne oversiktlige modeller av, og en utvidet forståelse for hvordan oppvekst, personlighetsutvikling, følelser og traumer kan føre til skjev utvikling med økt risiko for psykose. Svært interessant er forskningen til Jiang S et al (*Epigenetic Modifications in Stress Response Genes Associated With Childhood Trauma*, Front Psychiatry, 08 Nov. 2019) som ble vist til. Her klassifiserer forskerne stress som *good stress*, *bearable stress* og *toxic stress*. Det toksiske (giftige) stresset er i følge denne forskningen karakterisert ved forlenget eller hyppig aktivering samt dysregulering av hjernens strukturer for stressrespondering. Det kan lede til varige endringer over tid og kan skade både hjernen og kroppen forøvrig, i følge samme artikkel. Giftig stress kan dermed utgjøre en av de bakenforliggende faktorene ved utvikling av psykoselidelser.

Johannessens forelesning inneholdt aktuelle forsknings spørsmål og funn,

som viser farbare veier i forståelsen av psykosens natur og hva som kan være til hjelp. Som for å anerkjenne og understreke alvorligheten i schizofrenidiagnosen viste han til den finske psykiateren Yrjö O Alanen: «Schizophrenia can be conceived of as the deepest and, as such, the most tragic solution to the problems of human life». Johannessens videre henvisninger til anerkjente, samt nye lovende behandlingsmodeller ved schizofreni, gir på den andre siden et godt kunnskapsgrunnlag, inspirasjon og håp for framtidens pasienter, familie og klinikere. Noen av hovedmomentene han holdt fram er: *fasespesifikk tilnærming, psykose forstått langs dimensjoner, behovstilpasset behandling, standardiserte «vurderings- og behandlingslogaritmer», innta et holistisk perspektiv samt holde fokus på behandlingsresultater*. Det anbefales med dette korte innblikket, å få med seg Johannessens kunnskapsoversikt neste gang anledningen skulle by seg, men det enkleste er å lese hans artikkel i dette nummer av Dialog.

Ny forskning på konsekvenser av koronapandemien for pasienter og familie

De øvrige foreleserne på webinarret holdt interessante innlegg fra egen pågående forskning. De undersøker blant annet hvordan Covid-19

smitterestriksjonene har påvirket behandlings- og oppfølgingstjenestene ved alvorlig psykisk lidelse. Spørsmålene som stilles er blant annet; hvordan nedstengninger og andre kontaktrestriksjoner har blitt opplevd av pasienter, brukere og deres familie.

Psykologspesialistene Elisabeth Barrett (NORMENT) og Carmen Simonsen (TIPS Sør-Øst) holdt sitt foredrag under tittelen: *Korona og Psykisk helse – COPE psykose bipolar*. Simonsen forsker på bedringsprosesser og stigma ved psykose-lidelser. Hun har arbeidet med spørreundersøkelsen COPE som undersøker hvordan personer med psykose eller bipolar lidelse har hatt det under koronautbruddet, og om det er noe helsevesenet kunne gjort annerledes eller bedre for å hjelpe. Barrett har vært PhD-stipendiat i TOP-studien, mens hun har forsket på suicidalitet ved psykoselidelser. Sammen med Simonsen har hun arbeidet med spørreundersøkelsen COPE. Forskerne vil presentere nærmere funn fra undersøkelsen i sin helhet når arbeidet er ferdigstilt. Det foreligger imidlertid klare indikasjoner fra forskningen på at symptomer som angst og selvmordstanker har økt under viruspandemien for mennesker generelt, og for mennesker med psykoselidelser. Funn fra undersøkelsen viser at opplevd bedring i psykisk helse har blitt redusert under pandemien.

Psykologspesialist Erlend Mork (TIPS Sør-Øst) har arbeidet med spørreundersøkelsen Ta Vare 2020 som har undersøkt pårørendes situasjon og hvordan helsetjenestene kan ta vare på pårørende under en pandemi. Denne forskningen vil bli nærmere presentert når arbeidet er ferdigstilt. Det er ifølge Mork likevel funn i spørreundersøkelsen som tyder på at tiden under Covid-19 har gitt mer ro, mer tid til hverandre og dermed økt kontakt mellom familiemedlemmer.

Informasjonen de har samlet fanger også opp det fenomenet, at mennesker som er isolerte og ensomme på grunn av alvorlige psykiske problemer nå har opplevd mer likhet med andre mennesker, som har erfart økt isolasjon og mindre sosial kontakt på grunn av smitterestriksjoner. Undersøkelsen viser likevel at stress, angst og bekymringer har økt betydelig. Funn tyder på at det å bli satt i karantene kan gi økt symptomtrykk og kan ha ført til psykosegjennombrudd. Informasjon tyder på at pårørende har opplevd større ansvar og bekymring for sitt familiemedlem, sannsynligvis som en følge av nedstengte helsetjenester og mindre kontakt med profesjonelle.

Kvalitative funn i undersøkelsen tyder på at nedstengninger av tjenester under pandemien har medført alvorlige konsekvenser både for pasientens og familiens helse. Ved nye lignende kriser som Covid-19 har medført ber

pårørende om tidlig tilgang på telefonkonsultasjoner som alternativ til fysiske møter. Mindre enn halvparten av informantene var fornøyd med informasjonen de fikk fra helsetjenesten, i følge Mork. På bakgrunn av materialet foreslår han en prioritert beredskapsplan med følgende momenter:

- Økt informasjon
- Økt tilgang til behandling
- Økt support til pårørende.

REACT – et nettbasert verktøy for pårørende til personer med alvorlig psykisk lidelse

Det var Kristin Romm, spesialist i psykiatri og PhD og leder for kompetansetjenesten i TIPS Sør-Øst som presenterte REACT-NOR sammen med Inger Stølan Hymer, spesialsykepleier/veileder i psykoedukativt familiearbeid, TIPS Sør-Øst. REACT er et verktøy for avstandsoppfølging av pårørende. Målsetningene bak REACT er å bidra til og redusere stress og belastninger, samt å gi familiemedlemmer og andre nærstående muligheter til å kjenne økt mestring og bedre livskvalitet. Det er tilsammen 68 personer som har gjennomført kursing i REACT siden juni 2020. Verktøykassen finner du på nettsiden: www.reacttoolkit.no.

Romm og Hymers presentasjon over REACT ga en konstruktiv og håpefull

avslutning til et kunnskapsmettet webinar, i ISPS Norge sin regi.

*Olav Løkvik
høgskolelektor
VID vitenskapelige høgskole
og styremedlem i ISPS Norge
olav.lokvik@vid.no*

