

Smaken av sommer!



Yamaha F310  
**Rimelig sommergitar**  
**1.399,-**

TAKE IT OUTSIDE  
TA MUSIKKEN MED UT I SOMMER

LES MER HER

**4SOUND**  
Let's play!

Forbedre karakterer?

SIDE3

**HANS-ERIK  
DYVIK  
HUSBY**

**SVARTBLOGGER  
OG MØRKEMANN**

hankvonh  
 OriginalHank

# BENT HØIE SKRIVER HELSEHISTORIE, OG DET ER IKKE ET EKSPERIMENT

14.06.2016 - 03:25

Innen 1 Juni skulle alle helesforetakene i Norge ha innført tilbud om legemiddelfri behandling av psykisk syke. Dette kom som et krav fra helseminister Bent Høie i et brev fra 25.11.2015. Det vil si at pasienter i psykiatrien som ønsker behandling uten bruk av psykofarmaka, skal kunne få det. Det er da snakk om behandling, og ikke akutte situasjoner. Det vil si at om noen er psykotiske og desperate, så vil de fremdeles kunne medisineres for å roe seg. Men langvarig medisinering med lykkepiller, antipsykotiske midler eller sentrastimulerende midler, skal ikke lengre være det eneste tilbudet som gis. Og det skal også være lov å få andre tilbud enn medisiner, hvis man ønsker dette.

Da jeg begynte å engasjere meg i dette spørsmålet, skyldtes det at jeg selv hadde fått behandling for mine problemer med rus og depresjoner, som kun var medisiner. Jeg visste ikke så mye om alternativene, så jeg tok medisinerne mine uten å spørre. De funket sånn passe syntes jeg. Lykkepiller, sovepiller, metadon og subutex. Jeg ble liksom en zombie. Tenkte ikke klart og gjorde mye rart. Det var vel en del av sykdommen min, trodde jeg. Vel, jeg ble ikke friskere før jeg begynte på (den kronglete) veien jeg er på, for å prøve å mestre livet uten å ha en daglig cocktail med farmasi knitrende i huet.

Å mestre livet er ikke alltid like lett. Mange mennesker opplever sin egen eksistens som en skikkelig runde på glattisen, med knall og fall. Ikke alle overlever. Det er heller ikke alle som synes livet de lever, er noe særlig stas. Når man tenker tanker man ikke vil tenke, er det et mareritt. Det skal jeg være den første til å skrive under på. Hvordan kan man dømmes eller kritisere et menneske for da å forsøke å endre tankene og følelsene sine, slik at det blir mindre vondt?

Da jeg gikk ut i det offentlige og ropte ut at noe er feil med denne ensidige medisineringen av mentale lidelser og ruslidelser, tråkket jeg nok i et større vepsebol enn jeg var klar over. Og på mitt vante bajasvis, brukte jeg et språk som ble oppfattet som umusikalsk (det hørtes nok ut som en slags punkrock i fine fagkretser - haha). Jeg terget på meg en av verdens største industrier: Legemiddelindustrien. De har litt makt og penger de kara der, og de liker ikke støy fra sånne som meg. Jeg fikk meg mang en smekk i retur. Og det var ikke bare morsomt. Det var ekstra vondt da jeg oppdaget at det ble skapt en hel del frykt og bekymringspropaganda rundt spørsmålene jeg stilte og påstandene mine. Det ble liksom fremstilt som om jeg var en slags gammeltestamentlig tordenfyrrste som skulle rive pilleglassene ut av hendene på de syke og kaste de ut på gata i galskap og tragedie. Og de som ikke ville la seg frelse til mitt livssyn og program var dømt til å leve i evig fortapelse. Det var ekkelt å bli fremstilt slik, siden jeg bare ville at folk skulle få et bedre tilbud slik at de fikk det bedre. Jeg har selv opplevd ensomheten, frykten og mørket, ved å være skikkelig mentalt ødelagt. Jeg unner ingen å det så jævlig inni seg som jeg selv har hatt. Og jeg ville overhode ikke propagandere for at kun det alternativet jeg selv hadde brukt, skulle ta over. Så høl i huet er jeg faktisk ikke. Men om jeg kunne virke litt nyfrelst, så får jeg vel bare stå for den. Sorry.

Min personlige tese er som følger: Det er ikke alt som passer for alle. Derfor må det være plass til alt. Eller i det minste: Plass til mer.

Ja det ble en del rabalder skal jeg innrømme. Et mystisk trosamfunn med kjendiser. En del av helsesektoren - psykiatrien - med en skummel historie. En bandkonflikt. Drugs og rock'n roll. Moralsk indignasjon. Vitenskapelig galskap. Mediene var euforiske. Huff for en smørje. Men så, begynte jeg og merke noe: Det begynte å bli legitimt for andre å delta i debatten om rus og psykisk helse. Ekspertveldet slo sprekker. Jeg vil ikke ta noen ufortjent ære her, men jeg fikk endel hendelser fra ulike hold. Folk som følte at de hadde stanget mot medikament-imperiet i mange år, uten å bli lyttet til.

Den viktigste hendelsen som snudde noe, var det et tappert ektepar som stod for. Espen og Lise Øwre hadde mistet datteren sin Silje i psykiatrisk behandling. Og de var sjokkerte over de ekstreme medisindosene hun hadde fått de to siste leveårene sine. Blandt de mange ulike pillene hun fikk, hadde ca halvparten av dem selvmord som bivirkning. Hun fikk dem hver dag - en slags cocktail. Hun tok livet sitt. Hun hadde det veldig vanskelig, og hun trengte hjelp. Hun fikk feil hjelp.

Familien Øwre ble rådet av fagfolk og noen av sine nærmeste om å la det hele ligge, men Espen tok opp kampen mot systemet, og har nå samlet opp en enorm kunnskap om farene ved en ensidig medikamentell løsning på mentale og rusrelaterte lidelser. Og han var en av de som ble hørt av politikerene på Stortinget og i Regjeringen. Dette var en av grunnene til at Bent Høie fikk gjennom et krav om medisinfrie tilbud i psykiatrien i Norge i dag. Dette er historisk. Jeg har selv ikke hørt om noe lignende tiltak i andre vestlige land.

Det klages selvfølgelig litt i fagmiljøene. En og annen psykiatrispesialist mener nok at det er uvitenskapelig å ikke medisinere pasientene. Jeg hørte faktisk en som kaller medisinfritt tilbud for et eksperiment. Det blir jo litt teit å skulle bruke eksperimenter som skjellsord, når en selv tilhører en høyst eksperimentell gren av medisinfaget. Å skjære over deler av hjernen, som i lobotomi, eller

plugge folk til strømnettet som i ECT, må vel ha begynt med en eller annen form for eksperimenter? Og det eksperimenteres hele tiden med nye typer kjemikalier for å oppnå en eller annen slags endring i pasientenes tanker, følelser og handlinger? Er det ikke dette vitenskap handler om? Forskning og utvikling? Eksperimenter og analyser?

Nei Helseministeren i Norge har ikke innført et eksperiment i den mentale helsesektoren. Han har bare gitt en klar beskjed til alle aktørene om at de ikke bare får lov til å eksperimentere med pillecocktails og kjemi når folk kommer til dem for å få hjelp. Legemiddelindustrien og strømleverandører får ikke være de eneste ingrediensene på laboratoriebenken. Jeg er ikke i tvil om at dette kan bli en utfordring for mange behandlere. Man skal plutselig gå inn og se helhetlig på pasienten. Livskvaliteten skal ikke kun måles i signalstoffene i hjernen. Fattigdom, ensomhet, traumer, kosthold, rusvaner, selvinnsikt og familiesituasjoner. Alle disse faktorene som utgjør et menneskes liv, må de ta hensyn til på en helt annen måte enn kun via diagnoser og resepter. Ja her trengs det åpne sinn og ståpåvilje. Det nytter ikke å hisse seg opp over nytenkning i behandlingen. Her hjelper det ikke å slå motstanderene i hodet med sitt favoritt forskningsresultat. Nå er det dugnadsånd som må til. Og jeg tror faktisk det kan bli en spennende utfordring for mange i dette feltet. Jeg vet at vi i Norge har gode krefter som virkelig ønsker å delta i utviklingen av en bedre og mer konstruktiv mental helsesektor. Også i de tradisjonelle faggrenene. Dette kan faktisk hjelpe mange mennesker til å komme ut av skyggedalene og tåkeheimene de føler seg fanget i. Det er vitenskapelig bevist at det kan nytte å ha litt trua.

Jeg prøver egentlig å holde meg unna denne debatten nå for tida. Jeg angrer ikke på at jeg gikk inn i den, men jeg visste ikke hvor tøft det ville bli. Nå er jeg egentlig bare opptatt av å ha det litt gøy og litt bra. Livet mitt har ikke vært det letteste, og jeg har sett mange grusomme skjebner rundt meg. Det er mange sår som skal pleies. Jeg har også behov for å stille litt med meg selv. Det ble det liksom ikke tid til da jeg befant meg i skyttergraven i denne debatten.

Nei nå vil jeg synge og spille skuespill. Nå vil jeg spre matglede og finne livsglede der den er å finne: Hos gode venner, mine aller nærmeste. Folk er folk og de fleste av oss gjør så godt vi kan. Og begynner jeg å gruble på noe, så fyrer jeg av en blogg eller to. Ikke ta det for seriøst, og bli sure. Jeg er bare en fyr. Sånn ca.

Så hvis dette tilbudet om medisinfri behandling kan bli en realitet, og til og med fungere, vil jeg bli veldig glad.

Her kan du lese litt om medisinfrie tilbud:

<http://medisinfrietilbud.no>

<https://helsedirektoratet.no/folkehelse/psykisk-helse-og-rus/psykisk-helsevern/legemiddelfri-behandling-i-psykisk-helsevern>

Her kan du se litt om familien Øwres arbeid for medikamentfri behandling:

<https://www.facebook.com/SiljeBenediktesStiftelsen/?fref=ts>

Ha en fin dag.