



En fremmed mann i pappas kropp

- En presentasjon av min "gale" pappa.
- Basert på opplevelser og erfaringer som sønn av en manisk depressiv far.

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Bipolar affektiv lidelse (ICD - 10)

Lidelsen kjennetegnes av to eller flere episoder der pasientens stemningsleie og aktivitetsnivå er betydelig forstyrret. Forstyrrelsen består noen ganger i hevet stemningsleie (oppstemthet) og økt energi og aktivitet (hypomani og mani) og andre ganger i senket stemningsleie (nedstemthet) nedsatt energi og aktivitet (depresjon). Gjentatte episoder av bare hypomani eller mani skal klassifiseres som bipolar lidelse.

Inkl: manisk-depressiv:

- psykotisk lidelse
- Reaksjon
- sykdom

(ICD - 10)

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Symptomer ved bipolar lidelse

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Manier: <ul style="list-style-type: none"> • Oppstemthet • Stor selvtilitt • Mye energi • Ustoppelig i aktivitet • Lite søvn • Upassende atferd • Lite selvkritisk | <ul style="list-style-type: none"> • Depresjoner: <ul style="list-style-type: none"> • Liten selvtilitt • Liten interesse for omverdenen • Angst • Panikk • Søvnproblemer • Magetrøbbel |
|--|---|

(Rådet for psykisk helse, 1996)

(Rådet for psykisk helse, 1996)

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Symptomer hos pappa

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Depresjon: <ul style="list-style-type: none"> • Spisevegring • Stort vekttap • Selvmordstrusler • Angst • Medisinering | <ul style="list-style-type: none"> • Mani: <ul style="list-style-type: none"> • Upassende atferd • Flere forhold • Fikk barn • Pengekrav • Underslag • Kreftoperasjon • Medisinering |
|--|---|

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Sitat:

"Medikamentene som må brukes, gir tøffe bivirkninger. Man blir stiv i kroppen og man ser mye dårligere ut enn det man føler seg. Jeg klarer verken å kneppe skjorta eller å barbere meg".

(Magné)

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Dette er min far:

For 15 år siden:	Under innleggelse:	Etter innleggelse:
Glad, lykkelig, opptatt av ungene, stormannsgal	Redd, sint, manisk, depressiv avmagret, egoistisk, suicidal	Glad, manisk, dårlig hukommelse, selvopptatt, stormannsgal
Dyktig i sitt arbeid Glad i å trene	Makteløs, til tider svært hjelpetrengende	Uføretrygdet og i delvis jobb Glad i å trene
Interessert i romfart, frimerker og fiske	Ingen interesser (romfart)	Interessert i romfart, frimerker og fiske

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Noen erfaringer:

- Var med på å "tvangsinnlegge" pappa i 1999.
- Ble oppnevnt som nærmeste pårørende.
- Besøkte pappa nesten hver dag i ca. 1,5 år (1 år og 8 mnd).
- Fikk ingen hjelp, annet enn det vi fant frem til selv!

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Fra tiltaksplan for pårørende...

"Tradisjonelt har pårørende i liten grad vært involvert i planlegging og gjennomføring av tiltak i forhold til mennesker med psykiske lidelser..."

"Både bruker og pårørende har kunnskap om hva det medfører å ha psykiske problemer. Denne kunnskapen er viktig i planleggingen og utøvelsen av behandlingen..."

(Rapport IS-1349)

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Elektrosjokk...

- Fra telefonsamtale...
 - "Hei gutten min... skulle bare fortelle deg at jeg skal få elektrosjokk til uka..."
- Hva tenker du på når du hører ordet *elektrosjokk*?

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007



Gjennombruddet

- Serie med 10 ECT-behandlinger fra Januar 2001 til April 2001
 - Hva er ECT-behandling?
(Hafset, 2004)
- ↓
- Ble fort bedre
 - Ingen perioder med depresjon etter ECT
 - 2 Maniske perioder

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007



Hvordan skal man forholde seg?

- Tanker
- Følelser
- Frykt
- Uvitenhet
- Ansvar
- Skole
- Taushetsplikt

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Mer fra tiltaksplanen...

"Å være pårørende til et menneske med en psykisk lidelse er en rolle de fleste møter uten erfaring. De pårørende retter som regel sin oppmerksomhet mot den psykisk syke og dennes behov. De har sjelden forventninger til at helsevesenet også skal møte deres behov..."

"Det kan derfor være en utfordring for pårørende å definere hva de ønsker av praktisk bistand og hjelp til seg selv..."

(Rapport IS-1349)

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Hva slags hjelp?

- Skolepsykolog
- Familierådgivning
- Støtte fra familie og venner
- Kurs om schizofreni
- Helsesøster (søster)
- Psykologtime (bror)
- Internett

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Selv mord...

"Selvmord blant pasienter med manisk depressiv lidelse utgjør ca. en tidel av alle selvmord".

(Rådet for psykisk helse, 1996)

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Forsterkning av den "psykes" atferd:

- Hvordan skal man forholde seg til selvmordstrusler?
- I vårt eksempel kan atferdskjeden ha sett slik ut:

MO	S ^D	R	S ^R
Ønsker besøk <small>(Deprivasjon)</small>	Tilgang på telefon	Truer med selvmord	Får besøk

MO - S^D - R - S^R → MO - S^D - R - S^R

MO - S^D - R - S^R → MO - S^D - R - R - S^R

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Preget for livet (negativt)

- Pappa
 - Dårlig korttidshukommelse
 - Medisinering (Saretex, Tegretol, Betablokker)
 - Ny personlighet
 - Konsekvenser av handlinger
 - Minner/flashbacks
- Pårørende
 - Savnet etter den "gamle" pappa
 - Frykt for tilbakefall
 - Bitterhet
 - Konsekvenser av (pappas) handlinger
 - Minner/flashbacks

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Preget for livet (positivt)

- Pappa
 - Engasjert i andre personer
 - Tåler "motbakker"
 - Økt forståelse for andre personer i en vanskelig situasjon (empati)
- Pårørende
 - Lært mye om samhold og åpenhet
 - Tåler "motbakker"
 - Økt forståelse for andre personer i en vanskelig situasjon (empati)
 - Bred livserfaring
 - Nære relasjoner

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Dagens situasjon...

- Pappa
 - Gift på nytt
 - Medisinering
 - Oppfølging av psykiatrisk sykepleier
 - Oppfølging av overlege/psykiater
 - (Oppfølging på jobb)
- God kontakt...

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Mine forslag til bedre oppfølging av pårørende...

- "Enkle" grep:
 - Informasjonsmateriell om diagnoser
 - Informasjonsmateriell om rettigheter
 - Vektlegge samtaler med "pasientens" nærpå personer
 - Oppfølging/veiledning i hjemmet
 - Tips om internettsider, pårørende-grupper og interesseorganisasjoner
- TA PÅRØRENDE PÅ ALVOR - DE HAR MYE KOMPETANSE OM DEN AKTUELLE PASIENT!

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Til slutt...



"The antidepressiva works great for improving your mood. But maybe it's time to cut back the dosage."

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

Litteratur:

- Høifødt, F. B. (2004) *Omstridt behandling på fremmarsj*. [Elektronisk utg.] Sitert 2. mai, 2006, fra Mentalhelse: www.mentalhelse.no/?module=Articles;action=Article.publicShow;ID=3226
- Hånes, H. & Riise, B. (1996). *Manisk depressiv lidelse*. Oslo: Rådet for psykisk helse.
- ICD – 10: Den internasjonale statistiske klassifikasjonen av sykdommer og beslektede helseproblemer [Elektronisk utg.] Sitert 2. mai, 2006, fra ICD-10: www.kith.no/sokeverktoy/icd10/icd10.htm.
- Rapport IS-1349 (2006). *Tiltaksplan for pårørende til mennesker med psykiske lidelser*. Oslo: Sosial- og helsedirektoratet.

Anders Johansen, Nafo-seminaret 2007

