

Debatforum for ægtefæller

Er du gift, kæreste eller samlevende med en psykisk syg? Og har du brug for at snakke og udveksle erfaringer samt gode råd med andre pårørende i en tilsvarende situation?

Så klik ind på bedrepsykiatri.dk under rådgivning og skriv sammen med ligesindede i vores "debatforum for ægtefæller". Dette virtuelle dialogsted er for alle, der lever sammen med en psykisk syg. Du behøver altså ikke være medlem af BEDRE PSYKIATRI for at deltage.

Alle er velkomne.

KONTAKTPERSON:

Ulrik Neess kan kontaktes på ulrikneess@gmail.com
Ulrik er pårørende til en ægtefælle.
Derudover er Ulrik lokalformand for lokalafdelingen Thisted/Mors samt medlem af landsbestyrelsen.

Du skal naturligvis være ægtefælle, kæreste eller lignende med den, der er psykisk syg, men ellers er der ikke nogen specifikke krav til dig. Om du er yngre eller ældre, mand eller kvinde, spiller ingen rolle, alle kan få have brug for et sted at møde ligesindede, udveksle erfaringer og gode råd.



leder

LOGIK FOR PERLEHØNS – PÅRØRENDES VILKÅR SKAL FORBEDRES



AF EBBE HENNINGSEN,
LANDSFORMAND

I dette nummer af *bedre psykiatri* præsenteres en række resultater, der viser i hvilket omfang og hvordan pårørendes livssituation påvirkes af at være pårørende til en psykisk syg. Det er både tanke- og opsigtsvækkende resultater, som kommer frem i den første egentlige undersøgelse af pårørendes socioøkonomiske vilkår i Danmark.

PÅRØRENDES VITALE ROLLE

Lidt forenklet sagt kan jeg konstatere, at det er en stor belastning, både i forhold til psyken, livskvaliteten, arbejdslivet og økonomien, at være pårørende til en psykisk syg.

Fra en række undersøgelser ved vi, at pårørende spiller en afgørende rolle for den enkelte syges muligheder for lande helt eller delvist på benene igen. Derfor bør det være i hele samfundets interesse, at der sikres bedre vilkår for os pårørende, så vi får mulighed for at passe bedre på os selv, således at vi kan være til stede på den rigtige og konstruktive måde – samt på det rigtige tidspunkt – for den, vi er pårørende til, og som har det skidt.

Jeg kan samtidig konstatere, at vores betydning som pårørende står i skærende kontrast til samfundets vilje og evne til at være med til at skabe ordentlige vilkår for, at vi på en kompetent og konstruktiv måde i langt større omfang kan gøre det, vi er bedst til: At give omsorg, kærlighed og håb for den syge samt – når

det er nødvendigt – at være den syges ambassadør i forhold til psykiatrien og det offentlige.

Jeg er ikke et sekund i tvivl om, at det vil være en ualmindelig god forretning for Danmark, at der skabes bedre vilkår for landets mange pårørende.

BEDRE VILKÅR

BEDRE PSYKIATRI mener derfor:

- At der skal indføres en fleksibel orlovsrettighed for pårørende. En sådan vil betyde, at pårørende har mulighed for være dér, når den syge enten får det værre, bliver indlagt, eller når vi simpelthen er slidt ned til sokkeholderne af arbejde og bekymringer. Derfor skal vi have mulighed for med god samvittighed at trække i "nødbremsen" og tage orlov.

Vil du støtte os?

Du kan årligt donere op til kr. 14.100 til BEDRE PSYKIATRI, som du kan trække fra på din selvangivelse. Dog kan du ikke trække de første kr. 500 fra. Hvis du eksempelvis donere maksimumbeløbet på kr. 14.100, kan du med andre ord trække de kr. 13.600 fra på din selvangivelse.

Du kan via netbank (eller din bank) overføre et frivilligt støttebidrag til BEDRE PSYKIATRI (Sparbank: Reg.nr. 9896 – kontonr. 0004159187).

Du kan udfylde et girokort næste gang, du er på posthuset (Kontonr. 0951498 – Landsforeningen BEDRE PSYKIATRI).

Du kan også ringe på 3525 4600 eller maile på info@bedrepsykiatri.dk. Så sender vi et girokort til dig.

Se mere om, hvordan du kan støtte på bedrepsykiatri.dk

2

Leder

Logik for perlehøns
– pårørendes vilkår skal forbedres

4

Tema

Det er ingen dans på roser

6

Åbenhed gør det nemmere på jobbet

7

Det løber hurtigt op

8

Der er ikke tid til det hele

10

Rundt om psykiatrien

12

Samtaleforløb mod depressioner

14

Mere fokus på pårørende

17

Repræsentantskabsmøde

Fremgang og optimisme

- At der skal indføres en pårørende-check. Ud over at være en rimelig økonomisk håndsrækning til landets pårørende, så ser vi lige så meget forslaget som samfundets endelige anerkendelse af det enorme arbejde, som pårørende lægger for dagen.
- At der skal indføres ret til gratis psykologhjælp, således, man minimerer risikoen for, at de pårørende går ned med flaget, og dermed ikke kan være den nødvendige og kompetente støtte for den psykisk syge. Erfaringsmæssigt ved vi, at selv et begrænset antal samtaler med en psykolog kan gøre en meget stor forskel, når livet som pårørende er svært og spidser til.
- At regering og Folketing tager opgaven alvorligt og går i gang med at udarbejde en national handleplan for psykiatrien. En ambitiøs plan, der på den ene side rummer flere penge til psykiatrien og på den anden side skaber grundlag for at modernisere og udvikle psykiatrien til gavn for de psykiske syge, deres pårørende og dermed hele samfundet.
- At der fra politisk side også sættes fokus på, at pårørende er psykiatriens akilleshæl, idet tre ud af fire pårørende er utilfredse med psykiatrien. Vores socioøkonomiske undersøgelse peger entydigt på, at pårørende på den ene side gerne vil inddrages som kompetente medspillere og på den anden side, at det kun er i et begrænset omfang, at de oplever et sådant konstruktivt samarbejde med psykiatrien. Her er der virkelig plads til forbedring.

GOD FORRETNING FOR DANMARK

Gennemførelsen af disse forslag vil være en god forretning af flere grunde: Dels fordi de uden tvivl vil være med til at nedbringe antallet af sygdomsmeldinger for pårørende og sikre, at pårørende er en kompetent medspiller i behandlingen.

Dels fordi en national handleplan uden tvivl vil sætte fokus på, hvordan flest mulige bliver mest muligt raske og dermed også får et helt almindeligt eller næsten almindeligt liv igen på den anden side af sygdommen. Det vil igen betyde færre uden for arbejdsmarkedet og færre på passiv forsørgelse.