

Avtalespesialist i nettverk

Nina Strand

journalist i Tidsskrift for Norsk psykologforening

Linda Schade

Faglige nettverk gir pasientene bedre hjelp, mener Anne Rør. Hun er avtalespesialist i Oslo, i nært samarbeid med en gruppe fastleger.



GRUNDIG: Anne Rør bruker mye tid på å lese brevene fra personer som trenger hjelp.

Som så mange av sitt slag får psykologen jevnlig brev og telefoner fra mennesker som trenger terapi. Ikke få av dem har vært på nettet og funnet ut at Anne Rør jobber spesielt med akkurat deres lidelse, eller at hun jobber med kognitiv terapi, en tilnærming de har fått tro på. Folk ønsker opplysninger om hva psykologene gjør og kan, men det er ikke lett å finne. Listen over avtalespesialister burde

inneholde slik informasjon, mener hun. Det ville være til hjelp for pasientene, og spare psykologene for henvendelser fra pasienter som kan få bedre hjelp hos en annen.

Tre bein

Anne Rør har skaffet seg tre solide bein å stå på i sin hundreprosentstilling som avtalespesialist. En tredjedel av pasientene hennes er henvist fra Barneavdelingen ved Ullevål sykehus. Det er foreldre med traumer etter for eksempel å ha fått et dødfødt barn eller et barn med alvorlige handikap. Noen trenger bare et par samtaler, andre går hos henne i flere år.

Den andre tredjedelen av pasientene kommer fra fastlegene hun samarbeider fast med, mens den tredje gruppen kommer på eget initiativ eller gjennom andre fastleger. Rør er spesialist i klinisk voksenpsykologi og familierapi, og jobber mye med barn, tenåringer og unge voksne. Mest kjent er hun nok likevel for sitt arbeid med spiseforstyrrelser, både i sin praksis og som formidler gjennom kurs og forfatterskap.

– Jeg har prøvd å utvikle en egen faglig profil, sier hun.

– *Hvordan foregår samarbeidet med fastlegene?*

– Jeg har fast kontakt med fire leger. De er godt kjent med min kompetanse og arbeidsmåte, og vet hva jeg kan hjelpe med. En stor del av pasientene mine har problemer med angst eller spiseforstyrrelser. For meg er det godt å vite at pasientene får rask og god oppfølging fra fastlegen hvis de trenger somatiske undersøkelser eller medisiner.

Legene tar ofte muntlig kontakt med psykologen først, eller sender sms, for å undersøke om hun har kapasitet, eller om det vil bli lenge å vente. Det nærmer seg 20 år siden Rør innledet dette samarbeidet, som hun anbefaler på det varmeste.

En strøm av brev

– *Hvordan er det å få brev og telefoner fra mennesker du ikke kan hjelpe?*

– Det er jo en belastning. Jeg leser brevene nøye for å se om dette er noe jeg skal prioritere, eller om det er noe andre kan gjøre noe med. De får svar innen to–tre dager. Jeg ringer dem, eller sender et standardsvar på sms hvis jeg ikke får kontakt på telefon.

Rør opererer ikke med venteliste, fordi hun mener det ville ta kvelertak på praksisen hennes. I stedet prøver hun å gi noen råd til dem hun avviser. Hun oppgir ofte navn på andre psykologer, og forteller dem om muligheten for å kontakte psykologer uten driftsavtale, hvis de har råd.

– Men det fortvilte er jo at vi privatpraktiserende ikke har noe nettverk oss imellom, så jeg aner ikke om de jeg anbefaler, har ledig plass. Det er ingen god følelse å sende pasienter videre uten å vite om de får hjelp, sier hun.

En strøm av pasienter

– *Hvordan føles det å høre til en gruppe som får så mye kritikk?*

– Jeg forstår godt både pasienter og leger. Det er en frustrerende situasjon. Mitt råd til fastlegene er at de skaffer seg et nettverk av privatpraktiserende psykologer. Da ville de kunne gi bedre hjelp til pasientene, sier hun, og fremhever at de som får tilbud hos avtalespesialist, er svært fornøyd med hjelpen de mottar.

Rør føler seg lite truffet av anklagene om at avtalespesialistens holder for lenge på pasientene sine. Mange av pasientene hennes er svært syke, og trenger hjelp over lang tid. Pasienter med spiseforstyrrelser er en gruppe som ofte trenger å følges opp i flere år, men ofte kan det greie seg med en konsultasjon i kvartalet eller hvert halvår.

Jeg tar inn et stort antall nye pasienter hvert år, mange av dem med alvorlige psykiske plager, sier psykologen, som nettopp har lagt siste hånd på sin nye bok *Spiseforstyrrelser – symptomforståelse og behandlingsstrategier*.