

## - Vi må skille psykisk lidelse fra autisme

Nina Strand

journalist i Tidsskrift for Norsk psykologforening

Mennesker med autisme og psykisk utviklingshemning lider fordi deres psykiske problemer ikke blir oppdaget. Et nytt kartleggingsverktøy kan gi bedre hjelp.



**NETTVERKSBYGGER:** I 2007 startet Sissel Helverchou et nasjonalt faglig nettverk for fagfolk som møter mennesker med autisme. Nå vil hun sette i gang noe tilsvarende for behandlere av personer med Aspergers syndrom.

Vanskelighetene med å gjenkjenne psykiske lidelser hos mennesker med autisme og utviklingshemning fører til at mange går med store problemer uten å få hjelp. Som ledd i sitt doktorgradsarbeid har Sissel Berge Helverschou utviklet en sjekklister som kan gjøre problemene lettere å oppdage.

### Feiltolkes

Dette er mennesker som har problemer med å fortelle om det de strever med. Situasjonen blir ikke lettere ved at omgivelsene ofte knytter vanskelighetene deres til autismediagnosen, og ikke forstår at for eksempel uro, søvnproblemer eller passivitet kan henge sammen med angst, vrangforestillinger eller depresjon.

*– Som psykologer vil de treffe personer med autisme og andre funksjonshemninger nesten uansett hva de skal drive med. Folk kommer ikke ferdig sortert til psykisk helsevern, barnevern eller til familievernkontoret*

Da Nasjonalt kompetanseenheter for autisme skulle bidra til utvikling av et spesielt tilpasset tilbud for psykisk helsehjelp til denne gruppen, oppsto det usikkerhet om kriteriene som skulle legges til grunn.

– Vi måtte gå inn i helt fundamentale spørsmål: Hva er angst? Hva er depresjon? Hva er autisme? Først da kunne vi begynne arbeidet med å utvikle metoder for å fange opp psykiske lidelser hos disse personene, sier Helverschou.

Psykologen viser at det er mulig å skille mellom symptomer på autisme og symptomer på en psykisk lidelse. Et kartleggingsverktøy er utviklet på grunnlag av disse resultatene, og vil gjøre det lettere å fange opp de som trenger behandling for sine psykiske helseplager.

## Nybrottsarbeid

Helverschou kunne ikke støtte seg på internasjonal forskning, for dette er et nybrottsarbeid, også internasjonalt sett. Nå er hennes funn og metode inkludert i en internasjonal håndbok om autisme som blir publisert i mai.

Som ledd i doktorgradsarbeidet inngår en populasjonsstudie av alle personer med autisme og utviklingshemning i Nordland fylke. Den viste en forekomst av psykiske problemer på over 50 prosent, noe som er betydelig høyere enn i befolkningen for øvrig. Dette stemmer godt med kunnskapen om at denne gruppen er mer sårbar enn andre for å utvikle psykiske lidelser, særlig angst og depresjon.

- Vi må lære oss å se etter tegn på slike plager, sier psykologen.
- Autismen skygger ofte for problemer som ikke er knyttet til autismediagnosen.

Symptomene på angst og depresjon hos personer med autisme og utviklingshemning er likevel overraskende like dem vi finner hos andre.

- Jeg ble litt overrasket over det, for jeg trodde vi ville finne forskjeller, sier Helverschou.

Det som særlig er annerledes, er *reaksjonen* på symptomene, forteller hun. Noen reagerer på sin angst med uro og aggresjon. De klarer ikke å sette ord på følelsene. Men som andre med angst har de økt puls, de rødmer og svette. Dette er ting folk som kjenner dem godt, kan fange opp.

Som et eksempel forteller hun at en familie rapporterte om hallusinasjoner hos en språkløs mann. Han hørte åpenbart stemmer. De forsto det, fordi han stoppet opp og så ut til å lytte, og handlet ut fra det han hørte. Dette var ikke slik han vanligvis oppførte seg.

## Nyttig sjekkliste

Sjekklisten doktoranden har utarbeidet, fungerer som et screeninginstrument, og kan lett skåres av personens familie, eller personalet i vedkommendes bolig. For skal problemene oppdages, er en helt avhengig av personens nære nettverk, enten det er familie eller helsepersonell. De kjenner personens vanlige væremåte, og vil ha lettere enn andre for å legge merke til atferd og andre tegn som avviker fra det normale.

Det var mye arbeid med å finne rett nivå på sjekklista, kan psykologen fortelle. Karakteristikkene måtte ikke være for generelle, «hun er urolig», men heller ikke så spesifikke at den ble ubrukelig for folk uten helsefaglig utdanning.

– Nå er sjekklisten gjort tilgjengelig for fagpersoner i spesialisthelsetjenesten, fordi tolkning av resultatene krever kompetanse i diagnostisering. Interesserte kan henvende seg til meg, sier Helverschou.

## Store kostnader

– *Hvorfor er forskningen din viktig?*

– Dette er personer som virkelig lider, og som ikke har fått hjelp. Mange blir utsatt for tvangstiltak, og de blir ofte sterkt medisinert.

Samfunnet bruker store summer på denne gruppen, til tross for at det ikke dreier seg om mange mennesker. Kan man gi tidligere hjelp, vil det ha stor betydning, både for den enkelte og for samfunnet, forklarer hun.

Behandlingsprinsippene er de samme for disse menneskene som for andre. Ved angst kan eksponeringsterapi være aktuelt. Ved depresjon handler det om opplevelser av mestring, av å bli verdsatt og å ha sosial trygghet. Derfor reagerer Helverschou når psykologer synes hun holder på med et snevert felt.

– Jeg underviser mye for studenter, og legger stor vekt på å peke på at som psykologer vil de treffe personer med autisme og andre funksjonshemninger nesten uansett hva de skal drive med. Folk kommer ikke ferdig sortert til psykisk helsevern, barnevern eller til familievernkontoret.

## Samarbeid

Nå ønsker hun seg et tettere samarbeid mellom spesialisthelsetjeneste og habilitering. Dette er et tverrfaglig felt, understreker hun. Derfor startet hun i 2007 opp et faglig nasjonalt nettverk for de som identifiserer og behandler denne gruppen. Det å evaluere effekten av behandling er en sentral oppgave.

Helverschou skulle gjerne ha reist til utlandet for å samarbeide med andre fagmiljøer og skulle også gjerne kunnet bedre sine engelskferdigheter. Og så er hun allerede i gang med en pilotstudie om behandling av tvangslidelser hos personer med Aspergers syndrom.

– Denne gruppen er ofte dårlig behandlet i helsevesenet. De har fått liten hjelp for sine psykiske problemer. Vi planlegger å etablere et faglig nasjonalt nettverk for behandling av psykiske lidelser også i denne gruppen, sier hun.

Åpenbart er det fortsatt nok å forske på i her i landet også.

### SISSEL BERGE HELVERSCHOU

- Psykologspesialist ved Nasjonal kompetanseenhet for autisme, Oslo Universitetssykehus, Rikshospitalet.
- Forsvarte 22. november sin avhandling Identification of anxiety and other psychiatric disorders in individuals with autism and intellectual disability for ph.d.-graden ved Universitetet i Oslo.

**Kontakt** s.b.helverschou@oslo-universitetssykehus.no