

Mer til de unge

Øystein Helmikstøl

journalist i Psykologtidsskriftet

Eldregeneral Tove Karoline Knutsen (Ap) er enig med partikollega Hadia Tajik: Det neste store helseløftet må handle om barn og unges psykiske helse.

– Du er blitt 65 år. Hvordan er den psykiske helsen din?

– Det er et veldig personlig spørsmål. Jeg trives med livet og tilværelsen. Jeg jobber med noe jeg liker. Å bli passiv er ikke bra hverken for den fysiske eller den psykiske helsen.

– Du forlater snart Stortinget etter tre perioder, men du sa i et intervju med NRK at du ikke vil bli pensjonist. Er du også redd for å bli gammel?

– Nei, det er jeg ikke, men jeg har ikke lyst til å bli en av de pensjonistene som synker ned i sofaen.

– I 2030 blir det 300 000 flere over 67 år, en økning på 40 prosent fra i dag. I dag finnes det totalt kun én eldrepsykolog i norske kommuner. Vil du kjempe for å doble det antallet?

– Det kan jeg ikke love over bordet, men det er ingen tvil om at vi trenger flere psykologer for hele befolkningen. Vi må fortsette det arbeidet vi startet på i vår regjeringstid, da kommunene fikk ekstra penger til å ansette psykologer. Mange plages av angst og depresjoner. Jeg er så gammel at jeg husker når det var skambelagt. Det har heldigvis vært en åpenhetsrevolusjon om psykisk helseplager. I mange fylker, i blant annet Troms, hjemfylket mitt, har vi fått distriktpsikiatriske sentre og ambulante team, som gjør at det psykiske helsefeltet er rigget på en helt annen måte i dag. Opptrappingsplanen fra 1998 til 2008 har selvsagt bidratt til det.

– Du er Arbeiderpartiets talsperson på eldrepolitikk. Bør det neste store helseløftet i Norge handle om Eldres psykiske helse?

– Vi må ha et bredere perspektiv enn som så. Vi må snakke om helse generelt, og ikke splitte satsingen i psykisk og fysisk.

– Eldre arbeidstakere er dyre i drift. Hva kan de egentlig bidra med i arbeidslivet?

– Jeg tror eldre bidrar mye til samfunnsregnskapet. Jeg har en søster som er lærer. Hun blir 70 år i år, men jobber ennå i skolen. Jeg tror ikke at hun er dyr i drift. Det er kjempeviktig at vi ivaretar folk i 60-årene, for arbeidsevnen deres er formidabel. Arbeid er sunt også for godt voksne mennesker. Men det er viktig at kanskje særlig kvinner som har stått i tøffe omsorgsyrker, kan gå av tidligere.

– Hvorfor skal eldre få psykisk helsehjelp?

– Rundt 15 prosent av de over 65 år har en depresjon eller en angstlidelse. Blant gruppen mest skrøpelige, de som er på sykehjem, er det enda flere. Vi vet at demens og depresjon henger sammen. Det er i kommunene eldre bor, og det er der hjelpen må komme. Men selvsagt i samarbeid med distriktpsikiatriske sentre og spesialisthelsetjenesten for øvrig.

– Veldig få psykisk syke eldre får samtaleterapi, de får heller piller. Hva vil du prioritere bort for at eldre skal få skikkelig behandling av fagfolk?

– Vi trenger ikke å prioritere bort noe. Dette klarer vi å løse innenfor de samfunnsøkonomiske rammene vi har. Vi må endre retningen på det faglige blikket vårt. Vi må se at eldre også trenger psykisk helsehjelp. På Stortinget er det tverrpolitisk enighet om at vi må gjennomgå legemiddelbruken for de aller eldste, og sikre at tilbudet til eldre ikke først og fremst er medisin, men aktivitet, opplevelse og faglig hjelp når de trenger det.

– **Å styrke tilbudet til de eldre med psykiske lidelser og demens i hele helsetjenesten er nødvendig, mener Helsedirektoratet. Hvordan vil du få til det?**

– Det viktigste nå er å styrke tilbudet i kommunene. Det aller beste vi kan gjøre der, er å ha psykologer og et lavterskeltilbud. Og også psykiatriske sykepleiere, og flere fagfolk og bedre samarbeid mellom nivåene. Men også mer forebygging og mer aktivitet. Vi har et stykke vei å gå. Når eldre blir urolige, er det lett å ty til medisinskapet.

– **Forresten. Hva er det beste du kan si om eldrepolitikken til regjeringspartiet Høyre?**

– Hehe. Det er mange ting vi er tverrpolitisk enige om i Stortinget. Ap, KrF og Høyre har jo gått sammen og laget et demensforum. Høyre er opptatt av dementes situasjon. Vi har en felles forståelse av de store utfordringene.

– **Din partikollega Hadia Tajik skrev i vår desemberutgave at det neste store helseløftet i Norge må handle om barn og unges psykiske helse. Det vil vel gå utover dere eldre?**

– Nei, det tror jeg ikke. Jeg er enig med henne. Vi ser jo selvmordstallene. Hvis unge ikke får hjelp, ramler de ut av skolen og mister kontakten med arbeidslivet. Hvis vi ikke utdanner unge innenfor pleie og omsorg, så har vi ingen unge som kan ta seg av meg og andre når vi nå om noen år trenger hjelp.

– **Hele denne utgaven handler om eldre, likevel skriver vi nesten ingenting om døden. Gruer du deg også?**

– Jeg har ikke begynt å tenke ordentlig på det, men jeg mistet moren min i sommer. Hun gikk i sitt hundrede år, men var helt klar i hodet. På sin siste dag hadde hun to musikere hos seg, i regi av den kulturelle spaserstokken. Kanskje det er en bra måte å dø på for meg også?

Hvorfor NÅ?

- Psykologtidsskriftets januarutgave handler om eldre.
- Tove Karoline Knutsen (65) er eldrepolitisk talsperson i Arbeiderpartiet.