

Psykisk helse i Kommune-Norge

## - Brede lavterskeltilbud er villforebygging

Nina Strand

journalist i Tidsskrift for Norsk psykologforening

Fartein Rudjord

Dagens vekt på forebygging går på bekostning av innbyggerne med langvarige psykiske helseutfordringer, mener fastlege Kenneth Sagedal.

Kenneth Sagedal har vært fastlege i Bærum siden 1997, og Psykologtidsskriftet intervjuet ham til reportasjen «Prosjekt sterkere stemme» i juninummeret. Mange av Sagedals pasienter har langvarige psykiske problemer. De trenger, og de får, oppfølging av fastlegen år etter år. Men Sagedal er ikke imponert over den helhetlige støtten disse innbyggerne får fra kommunen, særlig når det gjelder en god og trygg bolig, og psykologisk hjelp når det trengs. Bærum kommune har 31 psykologer, og en rekke lavterskeltilbud for barn, ungdom og familier med barn som sliter. Men Sagedal har aldri samarbeidet med kommunal psykolog om en bestemt pasient i Bærum. Vel å merke bortsett fra psykologer i spesialisthelsetjenesten, som han kjenner godt. Han vet rett og slett ikke hvordan han kan finne en psykolog å samarbeide med internt i kommunen.

– Jeg skulle ønske at de langvarig og alvorlig syke fikk den mest kompetente psykologiske hjelpen og behandlingen i kommunen, sa Sagedal til Psykologtidsskriftet i juninummeret.

*I dag gir kommunen rask hjelp når plagen er minimal. Når plagen er alvorlig derimot, kan veien til god hjelp være lang*

Vi møter ham på nytt for å få utdypet synspunktene hans på den kommunale organiseringen av psykisk helse i Bærum. Etter at vi snakket sammen sist, erfarte Sagedal nylig at en psykolog i kommunen tok kontakt for å samarbeide om en pasient med søvnvansker.

– Dette er første gang en kommunal psykolog har tatt kontakt med meg om en pasient. Helsesøstre ringer, men ikke psykologer, sier Sagedal, som understreker at samarbeidsutfordringene ligger på systemnivå.

## Tryggere ansatte

Sagedal savner en kommunepsykolog å samarbeide med om enkelte pasienter. Noen av hans pasienter har hatt og har fortsatt trøblete liv, enkelte har eksempelvis store rusproblemer og samtidig demens. Kommuneansatte hjelpere sliter med å hjelpe disse innbyggerne, noe som kan føre til uro og konflikter. Mer kompetanse blant de ansatte vil gi denne gruppa bedre hjelp, tror fastlegen.

– Veiledning fra psykologer kan gjøre ansatte tryggere i møte med dem de skal bistå. Det kan bety mye for innbyggere som sliter med rus og alvorlige psykiske problemer i store deler av livet, konstaterer han.

## Bra uten behandling

– I juninummeret kalte du dagens oppbygging av lavterskeltilbud for «villforebygging». Står du fast ved det?

– Ja. Jeg er skeptisk til å gi tidlig hjelp for psykiske plager som må regnes som en del av det å leve livet. Man sykkeliggjør normale reaksjoner på vanlige livsproblemer.

Mye går faktisk bra uten behandling, sier fastlegen, og viser til notatet Bedre etter snar! Om prioritering av psykisk helsehjelp utgitt av Civita i 2015. Notatet er ført i pennen av Peder Tellefsdal, som presiserer at han skriver som privatperson. Tellefsdal kritiserer kunnskapsgrunnlaget og konklusjonene i Folkehelseinstituttets rapport Bedre føre var – Psykisk helse: Helsefremmende og forebyggende tiltak og anbefalinger fra 2011, som foreslo en omfattende utbygging av lavterskeltilbud i psykisk helse.

Kenneth Sagedal støtter helhjertet konklusjonen i Civita-notatet: I stedet for å prioritere lavterskeltilbud for alle med lettere psykiske helseplager bør de som virkelig sliter, de med alvorlig svekket funksjonsgrad, prioriteres høyere, mener fastlegen, som snakker for sine syke pasienter. Han sammenligner dagens organisering med å skyte med hagle; lite treffsikkert. For hvordan vet man om de som i dag får hjelp, er de samme som står i fare for å utvikle en psykisk lidelse om 20 år?

– Jeg savner bedre belegg for at så omfattende forebygging faktisk hjelper på lang sikt, sier fastlegen, som mener å se et paradoks:

– I dag gir kommunen rask hjelp når plagen er minimal. Når plagen er alvorlig derimot, kan veien til god hjelp være lang. Det er ikke greit.

## Gjerne samarbeid

Når kommunen nå får stadig mer ansvar, må ressursene brukes best mulig, synes fastlegen. Han mener Bærum bør drive forebygging på områder som i dag peker seg ut som risikoområder. Det gjelder særlig rusutfordringer i alle aldre, enten det er som misbruker eller som pårørende.

– Jeg er veldig for psykologer i kommunen. Psykologer kan ting vi leger ikke er så gode på. Hjelp uten piller er kjempebra. Men ikke bare ta det lette, det som blir bra av seg selv. Vent litt, oppfordrer han.

– *Du må regne med at utspillene dine i dette intervjuet vil vekke debatt?*

– Flott! Jeg vil gjerne ha debatt når det fremmer helsehjelp for de som virkelig trenger det, smiler Kenneth Sagedal.