

# Rusproblem råker ikkje tilfeldig

PSY  
KOL  
OGI



UNGDOM, RUS OG PSYKISK HELSE Det er ikkje slik at all psykisk uhelse er ein risikofaktor for rus i ungdomstida, påpeiker rusforskar Ove Heradstveit.

Sjå til Island! Oppfordringa kjem frå ein rusforskar som er heilt ueinig, delvis einig og faktisk heilt einig med FrP-politikar Sylvi Listhaug om rus.

TEKST

**Øystein Helmikstøl**

FOTO

**Nora Skjerdingstad**

PUBLISERT 2. mars 2020

EMNER

ungdom

Rus

Rusreformen

Narkotika

**– Korleis skal ein snakke med unge om rus? Skremme dei som på 70-talet?**

– Nei. Skremsel har lite for seg. For ikkje lenge sidan var det vanleg med veldig skremselsprega budskap om at all narkotikabruk er livsfarleg og sterkt fordømt. Skremselen slår tilbake, og det ein då høyrer, er «ja, men alkohol er jo mykje farlegare». Faren er at me går frå ei sterk demonisering av narkotikabruk til noko som kan minne om ei form for ufarleggjering. Ingen av dei grøftene er fornuftige. Overdrivingar blir avslørt. Ungdom treng nyansert, sann informasjon om rus, både på godt og vondt. Både alkohol og narkotika er forbundne med potensielle skadeverknader. Dei treng òg å vite

kva rusproblem gjerne handlar om: Rus blir ei løysing på problem i livet, men den blir ikkje ei løysing på lengre sikt. Det handler òg om tillit. Held ein fast på skremsel, mister ein tilliten hos dei unge.

### **– Kva har psykisk helse med ungdom og rus å gjera?**

– Mykje. At «rusproblem kan ramme alle», er ei myte. Rusproblem råker ikkje tilfeldig. Det heng saman med sårbarhet, ifølge forskning og klinisk praksis. Det er heller ikkje slik at all psykisk uhelse er ein risikofaktor for rus i ungdomstida. Barn med atferdsproblem er ei særskilt risikogruppe, syner ein studie eg var med på. I motsetnad til barn med meir innadretta psykiske problem. Biletet er meir nyansert når det kjem til psykiske lidingar. Eg har òg sett på kva diagnosar som er ein risikofaktor. Depresjon og traumelidingar inkludert PTSD skilde seg heilt klart ut. Det er ikkje dei generelle psykiske plagene som driv unge inn i rus. Det er atferdsproblematikk og tunge plager der unge ser behov for sjølvmedisinering. Ein studie me held på med no, syner at blant ungdom som er i kontakt med barnevernet, har rus stor utbreiing.

### **– Du driv og snakker opp Island, har eg sett. Korfor det?**

– Island er spesielle i omfanget på nedgang i rusbruk blant unge, og dei har gjort mykje rett. Dei var blant verstingane i Europa på rusbruk blant ungdom, og det vedkjente dei seg. No har pilene snudd. Ein kan alltid diskutera om det dei har gjort, er årsaka til nedgangen. Dei har satsa på å tilby unge eit anna innhald i livet. Utbygginga av aktivitetstilbud har vore ganske formidabel, både på sport, fysisk aktivitet og kunst. I dette ligg det eit perspektiv som går på atferdsvanskar. Det er lett å tenkje at atferdsvanskar er noko me berre skal nedkjempe. Men det handler om å gje slike personar rom og moglegheiter.

Det har òg vore eit godt samarbeid mellom ulike nivå. Dei som jobber i kommunane, har jobba tett saman med politikarar og forskarar. Ikkje minst har foreldre blitt gjevne ei viktig rolle i arbeidet. Dei har vore meir pedantiske til dømes om aldersgrenser for alkoholbruk.

### **– Kva meiner du om rusreforma i Noreg, som no er på trappene?**

– Ideen og prinsippet om å erstatta straff med hjelp, støtter eg fullt ut. Straff gir berre tilleggsbelastningar for rusavhengige. Det er overmodent med tiltak som er i tråd med rusreforma. Men det er òg viktig å diskutera andre spørsmål, som også utvalet sjølv diskuterer grundig i rapporten: Kva blir verknaden av avkriminalisering? Potensielt senker ein terskelen for når unge prøver narkotika. Det er viktig at me ikkje snakker om ei legaliseringsreform. Det er fornuftig at narkotikabruk fortsatt skal være ulovleg, noko som nettopp skil avkriminalisering frå legalisering. Forsking viser at det er grunn til å tru at legalisering heng saman med økt bruk av narkotika. Men avkriminalisering treng ikkje få dei same konsekvensane, ifølge forskning. Rapporten er open om at det er mykje me ikkje veit her. Eg er primært positiv til reforma, men det er viktig å gjere grepa for at det ein er redd for, ikkje skal skje.

### **– Er du for å avkriminalisera narkotikabruk?**

– Det er eit vanskeleg spørsmål. Eg vil seie ja for gruppa rusavhengige. Samtidig er det eit dilemma korleis ein må gjere det overfor ungdom. I mandatet til rusreformutvalet vart det lagt til grunn at det skulle vere ei form for avkriminalisering. Premissen var allereie lagt. Utvalet skulle diskutere innhaldet i ei avkriminaliseringsreform.

**– Det er ein større openheit no enn for få år sidan for psykedelika i terapi. Kva synest rusforskaren om det?**

– Det er ikkje noko prinsipielt i vegen for at narkotiske stoffer kan inngå i medisinsk behandling. Ein nyttar amfetamin i behandling av ADHD og morfin i smertebehandling. Status er at ein ikkje veit nok om til dømes effekt av MDMA på PTSD, ifølge ein oversikts-studie som kom i slutten av 2019[1]. Anekdotar som «MDMA virker» og «Cannabis er bra for psykisk helse» held ikkje. Ein må stille høge krav til dokumentasjon før ein meiner at dette er noko ein vil gå for. Status for cannabis som hjelp for psykiske lidningar er ikkje overtydande, ifølge ein annan oversikts-studie, som også kom seint i fjor[2]. Derimot er det evidens for ein del biverknader, viss ein samanliknar bruk av cannabis med placebo.

**– Du var einig med dåverande folkehelseminister Sylvi Listhaug (FrP) om rus, las eg i VG. Det er langt mellom psykologar som er einig med henne i noko som helst.**

– Vel, det er ei sanning med modifikasjonar at eg er einig med henne. Eg er ikkje einig med henne i det meir overordna. Eg trur ikkje at me kan skremma unge til ikkje å prøve narkotika. Peikefingeren verkar ikkje. Eg er delvis einig med henne i at det verkar som ein del unge trur at narkotika er på god veg til å bli lovleg i Noreg. Ungdom kan ha misforstått kva rusreforma er: Det er ei avkriminaliseringsreform, ikkje ei legaliseringsreform. Eg er heilt einig med henne i at foreldre har ei viktig rolle i rusførebyggjing. Her vil eg støtte opp om Listhaug og seie at mykje forskning viser samanheng mellom foreldrepraksis og rusbruk blant ungdom.

**– Kva parti har den beste ruspolitikken?**

– Eg vil ikkje peike ut eit bestemt parti. Men stem på dei som ser psykisk helse og rus i samanheng, og som prioriterer innsats inn i det arbeidet meir enn gjennom sjekklister. Eg er kritisk til at ein erstatter oppbygging av helsevesenet med folk og ressursar, med tru på at ei uendeleg effektivisering er løysinga, gjennom sjekklister og rapporteringskrav. Og ein kan ikkje førebyggje rusproblem blant unge med ulike former for skremselstiltak og peikefingrar.

### **Kvifor NO?**

- Rusreformutvalget si utgreiing er sendt på høyring til 2. april i år. Målet er å få på plass nødvendige vedtak og lovendringar innan sommaren 2021.
- Ove Heradstveit har nettopp gitt ut boka Ungdom og psykisk helse saman med psykologane Lars Øhickers og Liv Sand.
- Psykologspesialist Ove Heradsveit har doktorgrad i ungdom, rus og psykisk helse og er forskar ved RKBV Vest (Regionalt kunnskapssenter for barn og unge)/NORCE og Regionalt

- [\[1\]](#) Sessa, B., Higbed, L., & Nutt, D. (2019). A review of 3, 4-methylenedioxymethamphetamine (MDMA)-assisted psychotherapy. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 138.
- [\[2\]](#) Black, Nicola et al. (2019). «Cannabinoids for the treatment of mental disorders and symptoms of mental disorders: a systematic review and meta-analysis.» *The Lancet Psychiatry* 6.12, 2019: 995-1010.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 57, nummer 3, 2020, side 168-169*

**TEKST**

**Øystein Helmikstøl**, journalist i Psykologtidsskriftet

**FOTO**

**Nora Skjerdingsstad**, redaksjonssekretær