

M edlemsbladet



IFS Uppsala län

INTRESSEFÖRENINGEN FÖR SCHIZOFRENI OCH LIKNANDE PSYKOSER

Nr 4 2018

Välkommen på septemberföreläsning!

Gör **18 sep kl 17.30** ledig i almanackan då IFS gästas av Robert Bodén som i 20 år jobbat som läkare och forskare inom psykosvården. På senare år har han fokuserat på en ny fysikalisk behandlingsmetod för psykiatriska sjukdomar, nämligen repetitiv transkraniell magnetstimulering (förkortas rTMS).



Sedan årsskiftet är rTMS en godkänd och rekommenderad tilläggsbehandling av depression, men vid schizofreni anses rTMS fortfarande vara en experimentell behandling där mer kunskap behövs. I Roberts föreläsning kommer han att berätta lite om vad man vet om hur rTMS påverkar hjärnan och även berätta om den stora studie man just nu genomför kring rTMS mot negativa symtom.

Plats *Studieförbundet Vuxenskolan, Kungsängsgatan 12.*

Robert Bodén kommer inte ensam. *Elsa Kjellander* och eventuellt någon mer kommer att berätta om sina erfarenheter av rTMS.

Alla är välkomna (även icke-medlemmar)!

 **Studieförbundet
Vuxenskolan**

Välkommen på oktoberföreläsning!

11 oktober kl 18.00 kommer vi att gästas av Martin Cernvall, psykolog och doktor i medicinsk vetenskap. Han arbetar vid Psykosmottagning A på Akademiska sjukhuset. Martin är intresserad av hur vården för personer med psykostillstånd kan förbättras samt hur psykologiska och psykosociala insatser för dessa personer kan bli mer effektiva.

Martin tror att det är viktigt med en pågående dialog mellan sjukvårdspersonal/forskare och brukare för att göra arbetet mer relevant för dem som berörs. I sin presentation kommer Martin att berätta lite om det nuvarande kunskapsläget när det gäller psykologiska insatser och vilka pågående forskningsstudier som just nu bedrivs.

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Kungsängsgatan 12

Alla är Välkomna (även icke-medlemmar!)



Studiecirkel 1 startar

Boken *Att förstå Psykos och Schizofreni*, utgiven av ISPS Sverige och Dualis förlag, bildar ramen för en studiecirkel hos IFS i höst. Författarna är själverfarna eller inom professionen och skildrar psykos inifrån på ett unikt sätt och med en psykologisk infallsvinkel. De fallbeskrivningar som ingår är respektfullt återgivna utan onödiga psykiatriska diagnoskriterier närvarande.

Vi träffas fyra gånger: **11 september**, **25 september**, **2 oktober** och **9 oktober** på Studieförbundet. Tid: **18.00**. Plats **Studieförbundet Vuxenskolan, Kungsängsg. 12**. **Anmäl intresse till Kurt Nyberg: 073 073 46 52.**



Studiecirkel 2 startar

Telefonicirkel på temat "Din egen berättelse". Ledare: Ylva Augustinsson, själverfaren styrelsemedlem IFS Uppsala.

Cirkeln ska bestå av högst 5 deltagare inklusive Ylva, och pågå cirka 15 gånger med ett telefonsamtal per vecka. Kursmaterialet går att hämta från **NSPH:s hemsida** och kan sökas med frasen "din egen berättelse".

Kursmaterialet kan även hämtas hos Studieförbundet Vuxenskolan, Kungsängsgatan 12. Alla medlemmar är välkomna till ett trevligt erfarenhetsutbyte där vi reflekterar över våra liv.

Ylva ställer frågor som deltagarna svarar på. Det är lika viktigt att lyssna som att prata och Ylva vill ha med alla i berättandet och undvika att en person dominerar samtalet tidsmässigt. Det hela bygger på informellt berättande som svar på frågor i en runda. Det bör finnas utrymme för 2-4 frågor per kurstillfälle under ca 1 timme och 15 minuter.

Anmälan görs hos cirkelledaren: 073-

034 14 00

Välkomna till en okonventionell och annorlunda cirkel!



Striden mot diskrimineringen!

Människor med schizofreni dör 12-15 år tidigare än andra. Ökat samarbete mellan psykiatri och primärvård kan ändra situationen. Tidiga och återkommande hälsokontroller, samt förebyggande behandling, med medicin och stöd för bättre livsstil behövs. Ett utvecklat stöd kan hjälpa personer med schizofreni och schizofreniliknande tillstånd att inse när de behöver kontakt med vården, boka tid, formulera sina besvär. Stöd behövs även för att säkerställa att vården genomförs och följs upp.

Bristande hälsovård för människor med psykisk ohälsa leder till överdödlighet och onödiga sjukvårdstillfällen. Det har Socialstyrelsen konstaterat i flera undersökningar. DO har undersökt frågan som en del av diskrimineringen i sjukvården och NSPH har undersökt diskriminering i somatisk sjukvård i projektet Din Rätt. Det har visat sig svårt att få aktörer från primärvård och övrig somatisk vård att delta i diskussioner om dessa frågor. Därför har IFS Uppsala bestämt sig för att driva frågan lokalt.

Socialstyrelsen rekommenderar 2013 att huvudmännen ska utforma samverkan och rutiner för att förebygga, upptäcka och behandla somatiska

sjukdomar hos personer med psykisk ohälsa inom primärvården, psykiatri och den somatiska sjukvården. Rutiner behövs för att upptäcka psykisk ohälsa och kroppsliga sjukdomar hos personer med psykisk ohälsa tidigt. Rutiner för hälsofrämjande och förebyggande insatser behövs också. Alla ska arbeta med dessa insatser för personer med psykisk ohälsa genom att tillämpa Socialstyrelsens nationella riktlinjer. Primärvårdens intresse för dessa frågor har tyvärr varit svagt.

Ett viktigt problem är att patienter med psykisk ohälsa inte får sjukdomsdiagnos i tid. De tar kanske inte kontakt med vården för somatiska symptom. Men de blir också annorlunda behandlade än vanliga patienter. De får ibland ett dåligt bemötande och hänvisas till psykiatri även när de har kroppsliga besvär. NSPHs projekt Din rätt redovisar några exempel på diskriminering i sjukvården. Patientorganisationer vittnar om en utbredd rädsla.

DO önskar forskning kring ”diskriminering och trakasserier inom sjukvården”. Ojämligheten i vården bör tas upp såväl när personal utbildas som när den fortbildas. Det är ”omedvetna prioriteringar, okunskap och otydliga rutiner” som orsakar diskriminering. Tydliga krav på gott bemötande behövs för att bryta med diskrimineringen. Patienter behöver också lära sig att upptäcka var gränsen mellan en vettig bedömning och orimlig särbehandling går.

Sjukdom är ingen identitet

En sjukdom som schizofreni och liknande psykoser kan aldrig bli en identitet eller personlighet. Vi är inte schizofrena, vi *har* schizofreni, en distinktion som idag är mer nödvändig än någonsin att göra. Vem har hört talas om att man är en cancer eller är en hjärtinfarkt? Denna fråga är viktig, inte minst för att bli behandlad med respekt inom vården.

Inom psykiatri och i föreningslivet, men också i samhället i övrigt, talar man dock allt oftare om *brukare*. Andemeningen i begreppet ”brukare” är att man använder offentliga tjänster, t ex vård. Fast egentligen är skolbarn ”brukare” liksom pensionärer med hemtjänst. Men termen ”brukare” förekommer nästan uteslutande om människor inom psykiatri. Det blir inte bättre av att människor med psykisk ohälsa själva talar om sig själva som ”brukare” och träffpunkter som ”brukarföreningar”.

Om man nu inte kan kalla sig själv för *en schizofren* kan man inte heller vara *en brukare*. Det handlar om den egna självrespekten och förståelsen för när denna kränks.

hur blir jag medlem i Jfs?

Första året som medlem är gratis. Allt du behöver göra är att kontakta antingen Kurt Nyberg, 073 073 46 52, mail: ku.nyberg@gmail.com, eller Linda Sundell, 073 690 29 46, mail: linda.sundell12@gmail.com, så får du mer information.