

# Nyhedsbrev nr 30

## Foreningen Død i Psykiatrien (DiP) – december 2016

Bestyrelsen ønsker alle en glædelig jul og et godt nytår

Siden sidst.

### DiP's samarbejde.

DiP har været til møder i forskellige fora. Vi mener, det er vigtigt at DiP's stemme bliver hørt så ofte som muligt og så mange forskellige steder som muligt.

**PsykiatriNetværket**, hvor der er 4 årlige møder, hvor Psykiatritopmødet er hovedprioriteten. Der oveni er der ad hoc møder. Vi starter netop en temamøderække først i det nye år

DiP er tilknyttet ressourcegruppen i antistigma kampagnen **En af os** <http://www.en-af-os.dk/>



Væk med tavshed, tvivl og tabu om psykisk sygdom!

Her kan man læse at: **Negative historier dominerer debatten om psykisk sygdom, og hvor meget.** Du kan også finde små film, hvor folk fortæller om deres oplevelser og film som er lavet til brug for det daglige personale, der arbejder inden for psykiatrien. En slags undervisningsmateriale. Meget andet spændende kan man læse om.

**PsykiatriAlliance** består af 30 psykiatriforeninger, faglige organisationer og faglige selskaber. Det overordnede formål er at kæmpe for en bedre psykiatri. I alliance skal samarbejdes om de områder, alle foreningerne kan blive enige om.

### Russisk TV1 optagelse

Russisk TV kanal 1 lavede en optagelse med professor Peter Gøtzsche. I den forbindelse kom de også til mig. Jeg gav TV-kanalen et godt indblik i, hvordan mange mennesker oplever 'psykiatrisk hjælp' i Danmark. De gjorde jeg med Kære Luises behandling som udgangspunkt. I den forbindelse kunne jeg desværre også referere til alle de mange, -som jeg har kendskab til-, bliver ødelagt for livet af psykofarmaka eller dør af disse farlige stoffer. 5 timer tog interviewet, og hele mit hjem var lavet om til et fjernsynsstudie. Det synes som om de i Rusland har et meget rosenrødt billede af danskeres muligheder for sikker lægebehandling, herunder, at SST overvåger lægerne og deres medicinering og skrider ind hvis det ikke sker på forsvarlig vis. Her måtte jeg skuffe russerne og fortælle, at dette i hvert fald ikke gælder på psykiatriområdet. Tak til Peter G, for at have henvist TV-holdet til mig. TV1 ses trods alt af 200 million mennesker.

### DiP mener:

**Man skal kunne nedtrappes/udtrappes af psykofarmaka med psykiaterbistand.**

Der er mange mennesker der er tilfredse med den medicin de får og alt godt for dem. Det følgende handler derfor om den gruppe, hvor medicinen ikke virker eller måske endog gør patienten dårligere end de var uden medicin. Her finder du folk, som får langt over de anbefalede doser uden at de psykotiske træk forsvinder - snarere omvendt, at de bliver værre. Den diskussion jeg nu tager hul på er svær og bliver hurtigt omfangsrig. Det er der flere grunde til. En af de vigtigste er nok, at mange ser mentale lidelser som kroniske, og dermed følger vedvarende medicinering.

Det med kronisiteten er for længst afvist på forskerplan, men det lever dog videre i debatten og så sent som november 2011 kategoriserede Sundhedsstyrelsen psykisk sygdom som een af de fem mest udbredte kroniske sygdomsgrupper. Mange psykiatere taler også om, at patienterne må indstille sig på, at de skal tage medicinen resten af livet. Så en person, der skal tage stilling til en så vigtig beslutning som nedtrapning kan let blive forvirret og utryg. Derfor er det vigtigt at en professionel bistår en i denne process.

Det er vigtigt fordi psykofarmaka er meget svært at komme ud af. Der kan komme yderst ubehagelige og til tider farlige reaktioner, hvis nedtrapning ikke finder sted i takt med hvad patienten kan klare, og det er igen individuelt fra person til person. (Jeg kender kun til een anden medicingruppe, hvor afvænnning kan være lige så pinefuldt. - Det er narkotika).

Flere har prøvet at trappe sig ud af psykofarmaka ved egen hjælp. Af dem har mange oplevet ubehagelige reaktioner. Det har skræmt dem, og de har henvendt sig til psykiateren for hjælp og forklaring. Psykiateren har så typisk fremført, at reaktionen kom fordi de har brug for medicinen.

Lad mig lige lave et tankeeksperiment og prøve at sammenligne narkotikaafvænnning med psykofarmakaafvænnning. Det er svært at trappe ud af narkotika. Det ved enhver. Derfor finder folk det vigtigt, at der gives lægelig hjælp til denne proces. Det sker ofte ved længere ophold på dertil indrettede institutioner. Selv der giver folk ofte op bl.a pga afvænningssymptomer. Vil lægen her forklare personen på afvænnning, at vedkommendes pinsler skyldes, at personen har brug for narko? Nej, det tror jeg ikke.

I DiP hører vi gang på gang om mennesker der gerne vil prøve at trappe ned i medicin dosis eller for den sags skyld trappe helt ud af medicinen. De kontakter deres psykiater desangående og oplever at blive mødt med kulde eller få svaret, at det bliver ikke med min hjælp. Eller. Du skal ikke regne med mere hjælp herfra, hvis det går galt. Eller lignende. Den største antihjælp DiP har hørt om er, at psykiateren siger OK, hvis du absolut vil nedtrappes så gør vi det, men patienten kan jo godt mærke at det er halvhjertet, og så mislykkes forsøget og lægen kan sige: "Hvad sagde jeg, du var slet ikke klar" og værre er, at så vil her efterdags blive refereret til 'den gang, hvor det mislykkedes'. "Du ved jo godt, hvordan det gik sidst du prøvede" osv. Jeg er bange for at flere af jer kender til disse forløb.

Så DiP mener det er på tide, at folk får psykiaterbistand til nedtrapning af psykofarmaka. Diskussionen vil fortsætte til der kommer en rimelig løsning.

**Høring om udtrapning af psykofarmaka i Fællessalen på Christiansborg  
tirsdag den 13. december 2016 kl. 15 - 19.**

LAP og MF Trine Torp er arrangører.

Tema Hvorfor er udtrapning af psykofarmaka så vigtigt og hvordan skal vi gøre det?  
Man skal tilmelde sig på LAP's hjemmeside og senest 6. december

DiP håber at se mange af jer til høringen.

## Debat

### **Olga Runcimans indlæg på konferencen i Göteborg 15. oktober**

En meget anbefalelsesværdig youtube, hvor Olga sætter ord på, hvad der sker med et menneske, når det kommer under psykiatrisk behandling. Olga fortæller bl.a. om omfangsrige videnskabelige undersøgelser lavet fra 1950 til 2012 om virkning af psykofarmaka. Her kunne hun konstatere, at det fortrinsvis var psykiaternes udsagn om psykofarmakas virkning på deres patienter, der var undersøgt, og at mindre end 0.1% af 'den videnskabelige undersøgelse' var baseret på brugernes beskrivelser af medicinens virkning. Yderst tankevækkende.

Det faktum giver en glimrende beskrivelse af, hvordan mennesker i det psykiatriske behandlingssystem opleves. De har ingen stemme, de høres ikke. De beskrives af 'eksperterne'. Manglende compliance beskrives af psykiaterne som et af symptomerne på psykisk sygdom. Det forklares på følgende måde. "Den 'syge person' anerkender ikke, at vedkommende er syg og samarbejder derfor ikke med behandleren om at blive rask (indtage medicinen). Ergo vedkommende udviser typiske tegn på psykisk sygdom. Det er åbenbart umuligt at forestille sig, at patienten ikke ønsker at samarbejde om at indtage medicinen, fordi vedkommende får det meget dårligere af denne. .... Man er kort sagt ikke interesseret i brugernes oplevelser af medicinens virkning. Skal det mon tolkes som, at man ikke regner med brugerens mening, da vedkommende jo er syg. Jeg må med skam melde, at jeg tror, at svaret er JA! Det giver måske forklaringen på, hvorfor det er så svært at få en nedtrapning stablet på benene.

<https://www.youtube.com/watch?v=-2HwfOf0dR4>

<https://www.youtube.com/watch?v=ZvuHxZzDWJE>

Boinstitutionerne Tustenhuse og Orion har begge fået en velfortjent pris. Fantastisk! Det blev offentliggjort 30. Oktober. Medarbejderne låser dørene op og går i dialog med beboerne i stedet for at låse. Hvorfor har de gængse institutioner ikke fundet ud af den samme løsningsmodel. Og hvorfor har politikere ikke taget dialogforslaget ad notam, men i stedet for forelsået mere kontrol og tvang

### **Politiken 30. Oktober 2016**

Sorg ensomhed og skyld plager pårørende til psykisk syge Pårørende tager rollen som en slags advokat, der skal sikre, at den syge får den rette hjælp. Samtidig går de rundt med tårer i øjnene af sorg. Sådan starter artiklen. Flere fra DiPs FB gruppe tilføjede videre. Ja, og medarbejderne i psykiatrien undlader ikke et øjeblik at fortælle os pårørende hvor udelige vi er og har været. Og det kan jeg Dorrit skrive under på. Alle de år jeg var pårørende til Luise så psykiatrien hellere min hæl end min tå, og det skinnede tydeligt igennem.

<http://politiken.dk/forbrugogliv/sundhedogmotion/ECE3448018/sorg-ensomhed-og-skyld-plager-paaroerende-til-psykisk-syge/>

### **Metroexpress 20. Oktober. Om selvmord**

## Lykkepiller fordobler bivirkninger, der kan føre til vold og selvmord

<http://www.mx.dk/nyheder/danmark/story/28306782?redirect=mobi&nocache=0.7751337876543403>

## Information 25. oktober. Måske syntes psykiatrien ikke, at mine tanker var værd at savne

Forfatter Asta Olivia Nordenhof har læst sin journal, fra dengang hun fik diagnosen skizotypi

Jeg har fra tidlig alder været et beskrevet menneske.

Psykologer, socialpædagoger, beskrev mine år fra 14-årsalderen, til jeg som 17-årig, næsten 18, blev indlagt, så beskrev psykiatrien mine år derefter.

[https://www.information.dk/debat/2016/10/maaske-syntes-psykiatrien-tanker-vaerd-savne?utm\\_source=Dagens+vigtigste+nyheder&utm\\_campaign=81be11f3fb-Stop\\_med\\_at\\_tale\\_politikerleden\\_op\\_og\\_ve8\\_11\\_2016&utm\\_medium=email&utm\\_term=0\\_2ccb7fa83-81be11f3fb-413080973](https://www.information.dk/debat/2016/10/maaske-syntes-psykiatrien-tanker-vaerd-savne?utm_source=Dagens+vigtigste+nyheder&utm_campaign=81be11f3fb-Stop_med_at_tale_politikerleden_op_og_ve8_11_2016&utm_medium=email&utm_term=0_2ccb7fa83-81be11f3fb-413080973)

## Kristeligt Dagblad 26. oktober . Mere tvang i psykiatrien er ikke vejen frem

<http://www.kristeligt-dagblad.dk/debat/psykiatri.-mere-tvang-er-ikke-vejen-frem>

Endnu en god artikel der argumenterer mod mere tvang i psykiatrien. Den er fra en medarbejder inden for området. MEN et lille surt opstød: Hvorfor pokker bliver der aldrig snakket om, at en af årsagerne til volden blandt de mest syge kunne være overmedicinering. Vi har efterhånden set videnskabelige undersøgelser, der dokumenterer at mange mennesker bliver voldelige af store doser psykofarmaka. Det er grotesk, at en stor gruppe kriminaliseres pga. en behandling, som de tilmed ofte er givet mod deres vilje og med tvang.

## P1 Debat 27. oktober: Er psykiatrien blevet gal? Programmet er slettet. Men her et kort referat. Man kan google det og få en uddybende beskrivelse.

Efter et såkaldt løft på 2,2 milliarder kroner, skranter psykiatrien stadig. De mange ekstra penge har tilsyneladende hverken givet flere medarbejdere eller flere sengepladser. Er psykiatrien selv kronisk syg? Eller er de 2,2 milliarder bare spin? Debat med Asta Olivia Nordenhof, forfatter og tidligere psykiatrisk patient, Bertel Rüdinger, lægemiddelkonsulent i psykiatrien og tidligere psykiatrisk patient, Marie Louise Max-Andersen, læge i Region H, Anne-Rose Wang, centerchef i Region Hs Psykiatri, Charlotte Fischer, RV, formand for regionernes psykiatriudvalg og Yildiz Akdogan, psykiatriordfører for S

## Ugeskriftet 10 oktober 2016

**Børnepsykiater: Kommuner presser os til at medicinere adhd-børn** Kommunerne kræver, at søvnbesværede adhd-børn medicineres som førstevalg, selv om lægerne måtte synes noget andet. <http://ugeskriftet.dk/nyhed/boernepsykiater-kommuner-presser-os-til-medicinere-adhd-boern>

## Medicinsk Tidsskrift 20. november.

[Har kritikerne ret?](#)

Et nyt studie vedr. effekten af antidepressiv medicin fra professor Peter Gøtzsche og Nordisk Cochrane Center bliver godt og grundigt skudt ned af både britiske og danske eksperter

[.http://medicinsktidsskrift.dk/behandlinger/psykiatri/505-nyt-gotzsche-studie-i-voldsom-miskredit.html](http://medicinsktidsskrift.dk/behandlinger/psykiatri/505-nyt-gotzsche-studie-i-voldsom-miskredit.html)

## **Medicinsk Tidsskrift 20. November**

Har professor Peter Gøtzsche ret?

Her svarer professor Peter Gøtzsche sine kritikere med meget overbevisende argumenter.

<http://medicinsktidsskrift.dk/behandlinger/psykiatri/506-peter-gotzsche-afviser-kritik.html>

Et er sikkert! Sandheden er ofte ilde hørt. Det måtte Galilei også sande omkring år 1600. Han blev dengang idømt fængsel for sine teorier om, at jorden drejer rundt om solen. Ifølge religionens mænd blev udsagnet anset for at være hvad der kunne minde om en gudsbespottelse. Så synderen blev fængslet og tvunget til offentlig at stå frem og sige, at jorden var centrum og solen drejede rundt om jorden. Dengang havde biblens folk det afgørende ord i slige sager. I dag afholder kleresiet sig fra deltagelse i sådanne debatter. Nu er det penge og magt der afgør, hvem der vinder. men det gør ikke resultatet mere sandfærdigt.

## **Kontingent**

### **Så er det tid til at betale kontingent for 2017!**

Kontingent for et år er 150 kr. Beløbet kan indbetales på foreningens bankkonto: Bank reg. nr. 2104, konto nr. 6273-770-176. Man kan nu også indbetale via MobilPay til 21607927.

Husk at skrive DiP og dit navn ved indbetaling.

Hvis I selv eller hvis I kender nogen, som kunne tænkes at ville give et lille bidrag til DiP ville det falde på et tørt sted. Evt. Bidrag kan ligeledes indbetales på foreningens bankkonto.

**Bestyrelsen ønsker alle god jul og godt nytår. Tak for det gamle år. Vi håber, at debatten om psykiatrien forsætter, både i medierne og internt i foreningen.**

**Og tak** til jer der jævnlig henvender jer med aktuelle debatoplæg og/eller konstruktive tanker. Også tak for de enkeltbidrag foreningen har fået fra medlemmer i løbet af året.

Gode hilsner fra os i Bestyrelsen

