

20. december 2024

## Når stigma bliver en barriere: Psykisk sygdom og ulighed i sundhed



Dy som er ambassader for EN AF OS, er inviteret til dialog med anæstesi- og sygeplejerskerne som oplever en særlig udfordring i mødet med patienter med anden psykisk diagnose. Der lyttes intenst til Dy, der med rolig stemme fortæller om at være psykisk syg patient og hendes møde med en anæstesiologisk afdeling.

*"Det bedste, I kan gøre, er at spørge patienten direkte til deres psykiatriske diagnose".*

Dy understreger, hvor vigtigt det er at være oprigtigt nysgerrig og ikke løve med at spørge ind til, hvordan den psykiske sygdom påvirker patientens aktuelle behandlingsforløb. En af anæstesi- og sygeplejerskerne fortæller, at hun ofte er bange for at gøre tilstanden værre for patienten og komme til at skulle bruge for meget tid ved at "åbne op" for emnet.

Her er Dy's pointe: *"Selvom man har travlt, er det altid godt givet ud at vise interesse. Det skaber en tryghed og følelse af, at det er okay at være her og modtage hjælpen. Og det kan i sig selv være med til at forebygge, at den psykiske tilstand forværres".* Her tilføjer Dy:

*"Det vigtigste er bare at man er tydelig omkring, hvor lang tid man har, så forventningen til samtalen er afstemt".*

For mange mennesker med psykisk sygdom kan mødet med det somatiske sundhedsvæsen være en udfordring. Ikke på grund af manglende vilje eller omsorg fra sundhedsprofessionelle, men fordi psykiske sygdomme ofte kan være komplekse og vanskelige at integrere i en travl hverdag på de somatiske hospitaler. Stigmatiseringen, der ubevidst kan vise sig i disse møder, har desværre både sociale og sundhedsmæssige konsekvenser. Det kan føre til forsinket behandling og dårligere helbredsstatus, hvilket bidrager til en betydelig reduceret levealder hos mennesker med psykisk sygdom end hos den øvrige befolkning.

Her spiller indsatsen EN AF OS en vigtig rolle ved at tilbyde undervisning og værktøjer, der støtter sundhedsprofessionelle i at navigere i disse udfordringer med større selvsikkerhed og forståelse.

Afstigmatiseringsindsatsen EN AF OS arbejder målrettet for at fremme åbenhed og nedbryde fordomme og diskrimination forbundet med psykisk sygdom. Fokus er at adressere den stigmatisering, der kan opstå som følge af manglende viden, fordomme og diskriminerende adfærd – en indsats, der er forankret både nationalt i Sundhedsstyrelsen og regionalt i Psykinfo. Som en prioritet i 10-årsplanen for psykiatri og mental sundhed har indsatsen ikke blot fokus på den sociale ulighed, men også på de alvorlige sundhedsmæssige konsekvenser af stigma.

### Patienter med psykisk sygdom behandles ikke i tide

EN AF OS har siden 2016 haft en specifik afstigmatiseringsindsats i det somatiske sundhedsvæsen, med udgangspunkt i dokumenteret ulighed i somatisk behandling af patienter med psykisk sygdom. Det er vedkommende, at patienter med psykisk sygdom ikke behandles i tide og ofte med lavere kvalitet, hvilket kan føre til dårligere sundhedsudfald og markant reduceret levetid.

En vigtig årsag til denne ulighed kan være stigmatisering i sundhedsvæsenet, som ofte opstår i mødet mellem sundhedsprofessionelle og patienter med psykisk sygdom. Mange sundhedsprofessionelle føler sig ikke godt nok klædt på til at håndtere mødet med disse patienter, hvilket kan føre til usikkerhed og i nogle tilfælde diskriminerende adfærd.

### Undervisningen på afdeling for Anæstesi, Operation og Intensiv behandling, Hjertecenteret, Rigshospitalet

Psykinfo har været på besøg flere gange, og mødt medarbejdere på tværs af afsnit på Rigshospitalet. Undervisningen foregår som en kombination af et personligt oplæg fra en EN AF OS ambassader med egne erfaringer og faglig dialog faciliteret af en psykiatrisk sygeplejerske. Disse oplæg varer typisk 1-1,5 time og indgår som en del af en temadag, personalemøde eller ugentlige undervisningssessioner.

#### Kerneelementerne i undervisningen indeholder:

- Personlige erfaringer:** EN AF OS-ambassadører deler deres oplevelser med psykisk sygdom og mødet med det somatiske sundhedsvæsen.
- Refleksion og dialog:** Sundhedsprofessionelle får mulighed for at diskutere deres egne erfaringer, holdninger og eventuelle fordomme i mødet med patienter med psykisk sygdom.
- Praksisnære værktøjer:** Undervisningen formidler konkrete redskaber til konflikthåndtering, forbedret kommunikation og forebyggelse af tvang – alt sammen tilpasset den enkelte afdelings behov.

### Booster-sessioner flytter praksis

Et vigtigt element i indsatsen er gentagne besøg, de såkaldte "boostere". Erfaring og forskning viser, at enkeltstående undervisning sjældent har en vedvarende effekt. Booster-sessionerne bidrager til, at viden og holdningsændringer forankres i praksis. Derfor er ønsket at få lavet faste aftaler om undervisning på alle afsnit og blive en fast del af introduktionsprogrammet for alle medarbejdere på hele hospitalet.



### Det er mødet med den tidligere patient, der virker

Forskning peger på, at social kontakt – hvor ambassadører deler deres personlige erfaringer – er den mest effektive metode til at ændre holdninger og reducere stigmatisering blandt sundhedsprofessionelle. Undervisningen ager medarbejdernes selvillid og tryghed i mødet med patienter med psykiske sygdomme, samtidig med at den fremmer åbenhed og nedbryder fordomme i det faglige miljø.

### Forandringer i praksis

Indsatsen skaber ændringer i sundhedsprofessionelles tilgang, bl.a.:

- > **Øget empati** og en mere individuel forståelse af patienternes perspektiver.
- > **Styrket dialog** om psykisk sygdom både internt i personalet og med patienterne.
- > **Bedre samarbejde** gennem fælles refleksion og praksisnære værktøjer.

En sygeplejerske fra et somatisk afsnit skriver til Psykinfo:

*"Jeg har tidligere haft berøringsangst for at spørge uddybende ved et møde med en pt med en psykiatrisk diagnose, fordi jeg ikke føler mig kompetent til den samtale. Den berøringsangst har I rykket ved i dag :-)"*

### Mødet mellem somatik, psykiatri og patienter er nødvendigt

EN AF OS' afstigmatiseringsindsats hos afdeling for Anæstesi, operation og intensiv behandling er et nødvendigt og effektivt bidrag til at reducere uligheden i sundhed. De personlige oplæg, den faglige dialog og de gentagne sessioner styrker ikke alene sundhedsprofessionelles kompetencer, men forbedrer også patienternes oplevelse af behandling. Det er afgørende, at denne indsats fortsætter og prioriteres, så endnu flere sundhedsprofessionelle kan drage nytte af de konkrete redskaber og holdningsændringer, som EN AF OS skaber.

### Afslutning og fremtidige perspektiver

I øjeblikket gennemføres et evalueringsprojekt, der har til formål at undersøge effekten af Psykinfos undervisningsindsats. Evalueringen fokuserer på, hvordan indsatsen påvirker sundhedsprofessionelles viden, kompetencer, holdninger og adfærd i mødet med patienter med psykiske lidelser.

Psykinfo og EN AF OS har et stort ønske om at komme endnu mere på Rigshospitalet. Afsnittene skal derfor ikke holde sig tilbage med at skrive til psykinfi@regionh.dk eller ringe 68641300 og lave en aftale om undervisning. Det er gratis og tilpasses gerne den travle dagligdag i afsnittene for anæstesi, intensiv og opvågning.

Læs mere på: <https://ulighed-i-sundhed.dk/> og <https://www.psykiatri-regionh.dk/Psykinfo/Sider/default.aspx>

Artiklen er skrevet af Louise Krossing Hansen, Psyk info.  
louise.krossing.hansen@regionh.dk



Artiklen er redigeret af faglig redaktør, Carsten M. Pedersen



EN AF OS' afstigmatiseringsindsatsen hos afdeling for Anæstesi, operation og intensiv behandling er et nødvendigt og effektivt bidrag til at reducere uligheden i sundhed. De personlige oplæg, den faglige dialog og de gentagne sessioner styrker ikke alene sundhedsprofessionelles kompetencer, men forbedrer også patienternes oplevelse af behandling. Det er afgørende, at denne indsats fortsætter og prioriteres, så endnu flere sundhedsprofessionelle kan drage nytte af de konkrete redskaber og holdningsændringer, som EN AF OS skaber.

### Afslutning og fremtidige perspektiver

I øjeblikket gennemføres et evalueringsprojekt, der har til formål at undersøge effekten af Psykinfos undervisningsindsats. Evalueringen fokuserer på, hvordan indsatsen påvirker sundhedsprofessionelles viden, kompetencer, holdninger og adfærd i mødet med patienter med psykiske lidelser.

Psykinfo og EN AF OS har et stort ønske om at komme endnu mere på Rigshospitalet. Afsnittene skal derfor ikke holde sig tilbage med at skrive til psykinfi@regionh.dk eller ringe 68641300 og lave en aftale om undervisning. Det er gratis og tilpasses gerne den travle dagligdag i afsnittene for anæstesi, intensiv og opvågning.

Læs mere på: <https://ulighed-i-sundhed.dk/> og <https://www.psykiatri-regionh.dk/Psykinfo/Sider/default.aspx>

Artiklen er skrevet af Louise Krossing Hansen, Psyk info.  
louise.krossing.hansen@regionh.dk



Artiklen er redigeret af faglig redaktør, Carsten M. Pedersen

