

Den 10. oktober er Verdens Mentale Sundhedsdag:

Skizofreni er ikke uhelbredelig – danskerne ved det bare ikke

Kun hver fjerde dansker ved, at skizofreni ikke er uhelbredelig. Der er derfor en ekstra grund til, at viden om helbredelsesmuligheder bliver markeret i morgen i anledning af Verdens Mentale Sundhedsdag 2014. Danskernes manglende viden om skizofreni kan skyldes, at sygdommen ifølge en ny undersøgelse gennemført af EN AF OS fortsat er den klart mest tabubelagte psykiske sygdom i dagens Danmark.

Skizofreni er en alvorlig psykisk sygdom, som ca. 25.000 danskere er ramt af her og nu. Sygdommen bryder typisk ud hos unge mellem 15 og 30 år og påvirker tanker, sanser og følelser. Derfor kan en person med skizofreni have svært ved at skelne mellem virkeligt og uvirkeligt.

Trods de alvorlige symptomer er sygdommen langt fra uhelbredelig. Alligevel undervurderer danskerne markant helbredelsesmulighederne for skizofreni. Kun 27 pct. af danskerne tror på, at skizofreni kan helbredes. Til sammenligning mener hele 90 pct., at depression er en helbredelig psykisk sygdom. Det viser en ny undersøgelse, som Epinion har foretaget for landskampagnen EN AF OS. I en kommentar til undersøgelsen siger Johanne Bratbo, projektleder hos EN AF OS:

”Nyere forskning indenfor de sidste 10-20 år har vist, at der er helbredelsesmuligheder for mange som rammes af skizofreni, og som har udfordret den traditionelle fortælling, om at lidelsen er en livslang kronisk lidelse. Vi vil gerne gøre det helt klart, at personer med skizofreni i mange tilfælde kan få det bedre og leve et aktivt liv, hvis de får den rette behandling og møder åbenhed fra omgivelserne. For personen, der har en psykisk sygdom, er det nemlig et enormt pres at skulle døje både med omverdenens tabuer og fordomme samtidig med selve sygdommen. Denne dobbelte belastning vil vi gerne til livs gennem oplysning til befolkningen, så vi imødegår stigmatisering og fremmer tolerance og åbenhed over for mennesker med psykisk sygdom. Frygten for stempning af omgivelserne kan afholde mange fra at søge hjælp i tide, selvom de slås med alvorlige symptomer. Derfor er vi også rigtig glade for, at Verdens Mentale Sundhedsdag i år sætter fokus netop på skizofreni og dermed giver anledning til at få adskilt myter fra fakta.”

Skizofreni er den mest tabubelagte psykiske sygdom

Tabuer om psykisk sygdom fører ofte til, at de personer, der lider af en psykisk sygdom bliver socialt isoleret eller oplever, at vennerne og kollegerne trækker sig tilbage. Dette er i særlig grad tilfældet for skizofreni. For har man diagnosen skizofreni, lider man af den psykiske sygdom, som er allermost tabubelagt. Det viser Epinions undersøgelse, hvoraf det også fremgår, at maniodepressiv psykose og personlighedsforstyrrelser er de næstmest tabubelagte, hvis man spørger danskerne. Johanne Bratbo siger om tabuiseringen af mennesker med skizofreni:

”Vi skal væk fra, at psykiske lidelser er ensbetydende med eksklusion fra hverdagen og tabuisering. Tabuerne og berøringsangsten er en ekstra social omkostning for den syge, som i forvejen har meget at kæmpe med. Derfor skal vi gøre op med tavshed, tvivl og tabu om psykiske lidelser og blive bedre til at adressere psykisk sygdom uden frygt og fordomme. Alt for mange holder sig tilbage fra at tale om psykiske lidelser og tror, at man skal være uddannet psykolog for at tale om eksempelvis skizofreni med sin ven eller

kollega, men sådan forholder det sig ikke. Psykisk sygdom smitter ikke - det gør tabu, så vi vil opfordre danskerne til at tage fat i hinanden, selv om det første skridt kan være svært.”

”Er skizofreni og personlighedsspaltning ikke det samme?”

Der hersker stadig alt for mange fordomme og myter om skizofreni i Danmark. Den ene del af problemet består af danskernes manglende viden om lidelsen, mens den anden del handler om vores brug af ordet ”skizofren”. Der har i alt for lang tid været en fælles og forkert forståelse af, at skizofreni er det samme som personlighedsspaltning, hvilket langt fra er tilfældet. I de senere år er medierne begyndt at anvende ”skizofren” som billedsprog, der beskriver konflikt, grøftegravning eller ambivalens, hvilket yderligere kan være med til at fastholde den brede befolkningens fejlopfattelse af den i forvejen stigmatiserede diagnose. Derudover er pressen meget tilbøjelig til at bringe netop omtale af hændelser, hvor personer med skizofreni har været involveret i personfarlig kriminalitet, og bidrager derfor uforholdsmæssigt til vedligeholdelse af befolkningens forestillinger om, at personer med skizofreni generelt er farlige for deres omgivelser.

”Personlighedsspaltning er et meget sjældent fænomen og altså ikke identisk med indholdet i den psykotiske tilstand, som knytter sig til sygdommen skizofreni generelt, hvor personen hører stemmer, har en ændret virkelighedsopfattelse og i visse tilfælde udvikler paranoia, som kan få betydning for mere udadreagerende handlinger. Langt de fleste, som får diagnosen, er ikke farlige for deres omgivelser – men tværtom isolerede, angste, deprimerede og gør ingen skade på andre. De står omvendt i risiko for at blive ekskluderet fra vigtige muligheder i livet, og ofte skjuler de deres lidelse på grund af de mange fordomme, som knytter sig hertil. Derfor er det helt essentielt, at vi udbreder kendskabet til skizofreni og bliver bedre til at skille fordomme fra fakta”, siger Johanne Bratbo.

Verdens Mentale Sundhedsdag finder sted hvert år den 10. oktober og har som overordnet mål at udbrede kendskab til psykiske lidelser. I år med særligt fokus på skizofreni under overskriften ”Living with schizophrenia”. Landskampagnen EN AF OS markerer dagen landet over med diverse events.

Læs mere på www.en-af-os.dk eller på www.facebook.com/en-af-os

Udsnit af Epinions undersøgelse for landskampagnen EN AF OS

Epinions undersøgelse er udarbejdet på baggrund af i alt 1512 gennemførte interview med repræsentativt udvalgte danskere på 18 år og derover. Undersøgelsen er gennemført som en webbaseret undersøgelse på Epinions Danmarkspanel. Interviewene er gennemført i perioden 27. juni – 10. juli 2014.

Vi vil nu gerne have din vurdering af mulighederne for helbredelse af to konkrete psykiske sygdomme. Du bedes igen angive, hvor enig eller uenig du er i udsagnene. ”- Personer, der har skizofreni, kan helbredes”.

- Meget enig – 4 % (65)
- Enig – 23 % (349)
- Uenig – 29 % (442)
- Meget uenig – 5 % (76)
- Ved ikke – 38 % (580)

Hvilke tre af disse lidelser tror du, der i den danske befolkning er mest tabu forbundet med at få?

- Skizofreni – 50 % (750)
- Manio-depressiv psykose (Bipolar lidelse) – 38 % (569)
- ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) – 7 % (106)
- Spiseforstyrrelse – 24 % (369)
- Angst – 24 % (363)
- Depression – 28 % (431)
- Demens – 11 % (159)
- OCD (Obsessive-Compulsive Disorder) – 10 % (147)
- Posttraumatisk Forstyrrelse (PTSD) – 13 % (197)
- Personlighedsforstyrrelse, f.eks. Borderline – 31 % (473)

Fakta om skizofreni og behandling

Ordet skizofreni har græske rødder og kommer fra de græske ord "schizo" (splittet) og "phrene" (sind). Som en person med skizofreni har man svært ved at skelne mellem det virkelige og uvirkelige. Man kan f.eks. have vrangforestillinger, føle sig forfulgt og observeret. Men man kan også have en række andre symptomer, som eksempelvis at trække sig socialt, blive trist og tom eller have problemer med at huske og koncentrere sig.

Skizofreni er en alvorlig psykisk sygdom, men det er ikke nødvendigvis en livstidsdom. Der er for langt de fleste god hjælp at hente i medicin, forskellige former for terapi og færdighedstræning.

- 15-20 pct. kommer sig af sygdommen, lever i egen bolig, går fx på arbejde eller passer studier og er symptomfri.
- 35 pct. kan have forskellige problemer, men kan leve et aktivt liv i egen bolig.
- 30-35 pct. har vedvarende psykosesyntomer men klarer sig i egen bolig med støtte - og med periodiske indlæggelser.
- 15 pct. har fortsat brug for at leve i nogle fastlagte rammer og har brug for vedvarende medicinsk behandling og støtte

Kilde: Psykiatrifonden, <http://www.psykiatrifonden.dk/guides/diagnoser/skizofreni.aspx>

Fakta om Verdens Mentale Sundhedsdag

Verdens Mentale Sundhedsdag – eller World Mental Health Day - er en dag, hvor oplysning, bevidsthed og kampagne for mental sundhed markeres. Det skete første gang i 1992 på initiativ af World Federation for Mental Health, der har medlemsorganisationer i mere end 150 lande. I år har dagen fokus på skizofreni, som ca. 26 mio. mennesker lider af verden over.

Om landskampagnen EN AF OS

Landskampagnen EN AF OS vil indtil 2015 sætte fokus på afstigmatisering af psykisk sygdom. Det skal være lettere at have og leve med en psykisk sygdom – og det skal være lettere at blive rask og komme sig efter en psykisk sygdom.

Landskampagnen vil sætte fokus på det stigma, dvs. den negative kategorisering som skaber fordomme, der ofte er forbundet med psykisk sygdom. Det skal bl.a. ske ved, at danskerne får mere viden om psykisk sygdom og de fordomme – bevidste eller ubevidste – der hersker om psykisk sygdom. Håbet med kampagnen er derfor at bidrage til, at danskerne bliver mindre usikre, nervøse, forbeholdne og afstandstagne – og i stedet mere åbne og imødekommende over for personer med psykisk sygdom.

Læs mere om kampagnen EN AF OS [her](#).

For yderligere information kontakt:

- Johanne Bratbo, projektleder for EN AF OS-kampagnen, tlf. 35 47 57 47 og mobil 40 89 27 29 eller mail: jb@en-af-os.dk

