

## Angst sluger man ikke med medicin

### Undersøgelser viser at medicinsk behandling af angstpatienter ikke virker, men alligevel fortsætter behandlingen i det psykiatriske system

*Af Tina Hassing*

Mapperne står på ræd og række i reolen, og foran på skrivebordet ligger papirene i orden. I kontorstolen i det lille kvadratiske kontor sidder Boris tilbagelænet og tænder en cigaret.

-Gider du lige lukke døren, siger han henkastet til den unge fyr, der går forbi på gangen udenfor. Døren lukkes, og Boris retter sig op til bordet og begynder sit arbejde.

For bare fire år siden havde det været fuldstændig utænkeligt for ham at sidde alene på et lille kontor. Dengang var han bange for at være alene og være lukket inde i et rum.

#### **Afhængig af piller**

Boris henvendte sig, som 26 årig på psykiatrisk afdeling på Kommunehospitalet i København, i håb om at få hjælp via samtaleterapi. I stedet blev han i syv måneder behandlet med Benzodiazepiner, som er angstdæmpende medicin. Til trods for at han var modstander af medicin og selv bad om samtaleterapi, fik han klar besked om, at medicinen var det eneste der kunne hjælpe ham.

-Lægen sagde tit til mig: Har du det godt i dag eller skal du have mere medicin, fortæller Boris rystende på hovedet.

Efter udskrivelsen fra hospitalet var han afhængig af medicinen og, ved hjælp fra en ven, kontaktede han Gaderummet, der er et socialpsykologisk aktivitetssted på Nørrebro i København. Han rystede over hele kroppen, og det eneste han havde med sig var en taske med aviser og en masse piller.

Gaderummet hjalp ham ud af afhængigheden og gav ham psykologsamtaler. Først på det tidspunkt fik han det godt igen.

Det, som det etablerede psykiatriske system i syv måneder ikke kunne klare med medicin, kunne Gaderummet klare med omsorg og psykologsamtaler i løbet af et års tid.

#### **Terapi uden medicin**

Boris er ikke et enestående tilfælde. Lægemiddelstyrelsen under Sundhedsministeriet udkom i december 1996 med en rapport om medicinforbruget i Danmark. 360.000 mennesker fik i 1995

angstdæmpende medicin. Heraf anslår Kirsten Skinhøj, fra Center for rusmiddelforskning, at 200.000 er afhængige af stoffet.

Allerede i 1994 lavede græsrodsorganisationen Galebevægelsen en rapport, der viste, at der er andre former for behandling af psykiske lidelser end medicin. I stedet for en indlæggelse på et psykiatrisk hospital, skal angstpatienter tilbydes psykologisk rådgivning og terapi, konkluderede rapporten.

Esben Hougaard, der er lektor på Psykologisk Institut ved Århus Universitet, har sammenlignet både danske og udenlandske undersøgelser af patienter med angsttilstande. Hans undersøgelse gik ud på at sammenligne resultaterne efter medicinsk behandling og efter terapi behandling. Her kom Esben Hougaard frem til at terapi virker bedst mod angst.

-Hvis patienter med angsttilstande får Benzodiazepiner, altså angstdæmpende medicin, virker det kun på kort sigt, nemlig så længe de tager stoffet. Men bagefter er de ikke kommet videre, fordi deres oprindelige problem er fortrængt. Man kan sammenligne det med en lille dreng, der tisser i bukserne for at holde varmen. Det holder jo heller ikke evigt, siger han.

Esben Hougaard påpeger desuden, at man efter to uger kan blive afhængig af angstdæmpende medicin.

### **Piller hjælper ikke**

Hos Gaderummet på Nørrebro i København nikker de genkendende til resultaterne. Gaderummet er et socialpsykologisk aktivitetssted uden for det etablerede behandlingssystem. Tre fjerdedele, af dem der kommer der, har været igennem medicinsk behandling i det psykiatriske system.

Det var her Boris henvendte sig og fik psykolog hjælp.

Kalle Birk Madsen, der er psykolog og frivillig medarbejder hos Gaderummet, undrer sig over, at Gaderummet er et af de få steder, man kan få hjælp uden medicin.

-De mennesker, der kommer her er blevet medicinsk fejlbehandlet i stor udstrækning. Deres støtte muligheder som menneske, når de er i krise, er elendige og skandaløse indenfor det etablerede behandlingssystem, siger han.

I Gaderummet, hvor der kun er frivillige medarbejdere, har de hele tiden omkring 25 personer i terapi. Samtalekontakten kan vare mange måneder, fordi terapien ikke stopper før personen har det godt igen. Kalle Birk Madsen mener, at det har stor betydning, at terapien foregår på den angstramtes vilkår.

-De skal føle sig trygge ved situationen. Det gør de ikke, hvis der kommer en læge ind af døren med et glas piller, som oven i købet ikke hjælper dem. Det er omsorg og terapi der hjælper, det har vi indtil flere beviser på her, siger han.

Kalle Birk Madsen mener, der burde være steder som Gaderummet i det etablerede behandlingssystem.

-Dem vi modtager er kun en dråbe i havet. Hvis de ikke selv henvender sig, til et sted som det her, med deres problemer, går deres liv simpelthen i stykker. Det etablerede system mister alt for mange mennesker med problemer på gulvet, siger han.

### **Terapi imponerer ikke systemet**

De undersøgelses resultater, som peger på, at terapi virker bedre end medicin for angstpatienter, er ikke bevis nok for overlæge Peter Jepsen fra Kommunehospitalets Distriktspsykiatriske Center.

-Der er ikke lavet tilstrækkelige gode undersøgelser på det her område, så man ligefrem kan sige, at patienterne bliver fejlbehandlet. Jeg kan gå så langt, at det er bedst for angstpatienter, at de ikke får medicin i så lang en periode, at de bliver afhængige af det, siger Peter Jepsen.

Boris var afhængig af medicinen, men fik psykologhjælp og fungerer i dag som et almindeligt menneske med familie og arbejde.

-Det etablerede psykiatriske system er ikke et sted man skal starte, hvis man har problemer. Det skal være den absolut sidste udvej, konstaterer Boris. Hans rigtige navn er i denne artikel skiftet ud med Boris, da han af personlige årsager ønsker at være anonym.