

Betraktninger om dobbeltdiagnoser og en del andre ting

Lars Poverud

Jeg har akkurat hatt et snev av dobbeltdiagnose! Jeg hadde problemer med å komme meg ut av leiligheten, og jeg trakk meg på mange måter tilbake fra verden. Dobeltdiagnosen gikk med andre ord ut over nettverket mitt. Diagnosene førte også til store problemer i dagliglivet, samt lengre tids sykemelding. Dobeltdiagnosen medførte videre en periode med inntak av til dels store mengder opioider. Hvilke diagnoser hadde jeg? For fagpersonen, så handlet det om en patellafraktur, eller, om man vil, brudd på langs i kneskålen. Diagnose to var en Ulnafraktur, eller et seriøst brudd i underarmen som medførte operasjon og innleggelse. Tjo Hei! Nedenfor vil den oppmerksomme leser finne et bilde av min relativt brukne albue (Fig. 1, foto Aker Universitetssykehus).



Fig 1 Ulnafraktur

Det som er interessant er at dobbeltdiagnosebegrepet blir helt feil hvis man bruker det om somatiske diagnoser. Da syns vi det er rart. Mitt poeng er at jeg syns dobbeltdiagnosebegrepet er stigmatiserende. Samtidig mener jeg at det skjuler virkeligheten. Vi snakker om dobbeltdiagnoser mens vi egentlig mener å snakke om mennesker hvis liv har gått i stykker. Mennesker som ikke får det til. Folk som er venner av noen vi kjenner. Det handler ikke om oss. Til nød handler det om venner av venner, eller våre egne pårørende.

Så til selve begrepet. Er det noen som kjenner en rusmisbruker som ikke har minst én diagnose fra psykisk helsefeltet i tillegg til rusmisbrukerdiagnosen? Rekk i så fall opp hånda, send meg en e-post og brøl høyt og tydelig at du har en bruker ved din side som er unik! En lykkelig rusmisbruker. En rusmisbruker med en munter fortid. En rusmisbruker som bare vil det beste for alle, inkludert seg selv.

Jeg savner innimellom nevrosebegrepet som har blitt borte i alle personlighetsforstyrrelsene (personlig har jeg en uspesifisert personlighetsforstyrrelse; hva nå det skal bety). Nevroser gjorde at jeg ble rusmisbruker. Min redsel for andre og hva de syns om meg gjorde at jeg slappet av med ymse droger, men nå er jeg bare personlighetsforstyrret. Uspesifisert til og med.

Det som er så rart med psykiske lidelser, akkurat som med somatiske, enten de er av dobbeltdiagnoseslaget eller av andre slag, er at de *kan forandres*. Mennesker kan få et bedre liv. Mennesker kan få andre diagnoser eller kanskje slippe diagnoser. Mennesker kan knytte seg til andre mennesker og oppleve en form for meningsfullhet, i motsetning til den meningsløsheten man ofte opplever som psykisk syk, eller liden- de, eller hva vi nå skal kalle det.

Jeg drømmer, naivt nok, om et samfunn som sier: "Du er like mye verdt som alle andre," til oss som har hatt

en slitsom vei for å komme dit vi er i dag. Jeg drømmer om et samfunn som sier at man er like mye verdt som Kjell Inge Røkke selv om man så vidt klarer å overleve i randen av samfunnet med sine psykoser, sitt rusmisbruk og sin historie. Jeg er, som sagt, naiv, men det er det jeg drømmer om. Og drømme kan man alltid!

Diagnoser jeg har hatt

Jeg forsvinner ut på viddene, for jeg har så mye jeg ville sagt. Her kommer, til leserens store glede vil jeg tro, en oppramsing av Diagnoser Jeg Har Hatt Gleden av å Ha Hatt:

- Depressiv angst
- Rusmisbruk
- Depresjon
- Posttraumatisk stressyndrom
- Dysthymi
- Artrose i høyre kne
- Langsyntet
- Urinsyregikt

Med andre ord, så har jeg minst åtte diagnoser. Jeg er altså en oktodiagnose. Det er usikkert for meg hvordan man betegner en middelaldrende Herre med åtte diagnoser. Hvordan vil prognosen være? Usigelig dårlig vil man tro. Kanskje trenger jeg mer hjelp enn jeg innser selv. Kanskje er jeg et utskudd, et håpløst tilfelle, en mann man ikke regner med lenger. En mann uten fremtid. En dobbeltdiagnose.

La meg ta på meg faghatten

Ut fra et faglig og menneskelig synspunkt: Kan vi fortsette å bruke dobbeltdiagnosebegrepet? Eller er det kanskje helt feil, ettersom det finnes svært få mennesker som passer inn i diagnosen. Er det viktig for oss at mennesker passer inn i diagnosebegrepene, eller skal diagnosene tilpasses menneskene? Skal vi snakke om multippeldiagnoser? Eller skal vi snakke om mennesker som ikke helt har fått det til i forhold til de standarder vi setter for "å være vellykket"? Burde vi, for å være ærlige bytte ut dobbeltdiagnosen med diagnosen "mislykket"? Ikke mulig å kurere. Håpløst tilfelle.

Eller kanskje mennesker som har multiple diagnoser også kan være ressurser for oss. Kanskje vi kan lære noe av dem? Kanskje vi, i møte med de mest hjelpetrengende kan se bak symptomene. Se på det friske, og tenke at "HMMM, her var det mye å bygge på" i stedet for å se begrensninger. Begrensninger i form av at dobbeltdiagnoser er håpløse tilfeller (for det er det vi ofte tenker i vårt stille sinn, hvis vi skal være ærlige).

Kanskje vi kan slutte å bruke dobbeltdiagnosebegrepet? Det er faktisk mulig at vi kan møte mennesker i livets ytterkant med spørsmålet; "Hva har du lyst til å gjøre nå?" I stedet for å bestemme for dem hva vi tror, og kanskje vet, er best. Husk at en del av det å være menneske er å få lov til å velge feil. Og innimellom,

dundrende feil også. Det er nok å vise til skillsmisestatistikken. Rundt halvparten av oss velger feil mann eller kone, men har du en dobbeltdiagnose, eller for den saks skyld en annen diagnose, så får du strutle meg velge rett, eller så velger vi for deg!



Fig 2 Fikset albue (Foto Aker Universitetssykehus)

Kunne vi muligens lære litt av somatikken? Kanskje vi kan skru i de riktige skruene i de brukkne sjeler slik som vi skrur i skruer i et ødelagt albueledd? Trenger vi kanskje mennesker og terapeuter som sier at "du kommer til å bli helt bra. Kanskje du kommer til å ha en to graders vinkel i sinnet, men bortsett fra det så blir du bra." Kanskje vi trenger terapeuter som gir brukerne tro på at et an-

net, og muligens bedre liv er mulig? Hadde jeg fått en sånn terapeut så ville jeg jublet høyt og tydelig og fortalt alle mine venner og bekjente om henne eller ham. Vedkommende ville, dessverre, for det ville bare vært én, blitt nedrent av mennesker som trengte skruer i sinnet.

Jeg har funnet mine egne skruer i mitt sinn. Med hjelp fra venner, gode terapeuter og familie. Takk til dere for at dere aldri gav opp!

Men for oss med oktodiagnoser finnes det vel ikke håp.

Lars Poverud lpoverud@online.no

Lars Poverud jobber for tiden i Rådet for psykisk helse. Han er utdannet sykepleier og dramapedagog, og har erfaring som bruker, ansatt og pårørende innenfor rus- og psykisk helsefeltet. For tiden bruker han mye tid på å holde foredrag om psykisk helse med utgangspunkt i egen historie.