



Alla är vi olika – men lika mycket värda

Detta underströk psykiater Gerhard Ege i sitt föredrag om ADHD och autisttillstånd på RDK:s konferens i mars i Göteborg. En anledning till att han valde psykiatrispecialiteten när han utbildade sig till läkare var att han upptäckt att samtal kan påverka människor.

Uttryck som ”känd psykiatripatient” gör Gerhard Ege upprörd. Alla kan bli en psykiatrisk patient vid något tillfälle, och det kan vara en bra erfarenhet. Livet har sina upp- och nedgångar, alla kan behöva hjälp någon gång. Han anser att man bör vara ödmjuk kring diagnoser. En person bör ha en rejäl grad av lidande för att det ska ställas en psykiatrisk diagnos.



”Hjärnan gör att vi upplever.” Psykiatri är spännande tycker Gerhard Ege. Det är ett detektivarbete att tillsammans med patienten hitta fram till varför hon/han mår dåligt. I vårt samhälle idag ”behövs gymnasium för att bli gatsopare”. De som inte klarar grundskolan får ofta problem, och behöver då hjälp så att de kommer till sin rätt.

Psykiatrin har utvecklats fantastiskt t ex vad gäller evidenser och medicin. Visste du att depression till viss del är inflammatorisk? Iprek kan avhjälpa ibland. Det finns somatiska tillstånd som kan se ut som psykiatriska.



Neuropsykiatrik behandlar autism, ADHD, Tourettes syndrom, mental retardation, och kombinationer av dessa tillstånd. Bakomliggande orsaker kan vara ärftlighet, miljö, läkemedel, droger som modern använt under graviditeten, D-vitaminbrist. Ledning med struktur och tydlighet är viktigt för barn med neuropsykiatriska problem. Det är viktigt att de får styrning och redskap så att de kommer framåt. Lämplig medicin, anpassning och träning kan hjälpa dem.

Personer med ADHD reagerar på svaga signaler, är inte rädda för att prova nytt, agerar i stället för att stelna. Vissa saker behöver anpassas efter deras tillstånd. Om de får använda sina förmågor kan de leva ett bra liv. Dessa personer kan ofta hålla många bollar i luften, har driv, livslust och fart.

Personer med autism fördjupar sig, avstår ofta från det sociala, jobbar hellre än tar rast. De är ärliga, men missuppfattar lätt, har svårt att läsa av situationer, missar ofta helheten. Det kan verka som om de saknar empati, men det är inte sant. De behöver hjälp med social interaktion, stöd och hjälp att hitta vägar framåt. Det går att hitta små saker att bygga på.



De behöver tas om hand av gruppen, bli inkluderade, bjudas med. Chefer behöver se helheten och vara omhändertagande.

En person med ADHD, autism eller dylikt kan behöva ställa frågor – ”Ursäkta jag förstod inte, kan du förklara...?”, och kan behöva inse att ”jag har det här sättet att fungera”. Han/hon behöver rutiner, strukturer. Det leder till kontroll och ett lugn. Behöver lära sig att ibland byta ut superärlighet mot små vita lögner, och att hitta plan-B-lösningar när det behövs.



**Rikssektionen för
Diagnos-
Kodning**

ICD-10-SE

Vad mer kan vi göra för att hjälpa? En sak vi kan göra är att acceptera. Alla är vi olika, och vi behöver vara olika. Alla är lika mycket värda. Varje individ bör bli sedd, och få hjälp att själv se vem man är och bör få en chans att vara den man är. Gerhard Ege ogillar kraven som kan finnas i arbetslivet på överdriven social kompetens. Man behöver ta hänsyn till att alla inte äger denna förmåga, men kan ha andra viktiga saker att bidra med. Allas olika förmågor ska värderas lika, tycker han.

Avslutningsvis tog Gerhard Ege upp vad som krävs att vara förälder: Lugn, tålamod. Stabilitet, flexibilitet. Förmåga att känna in barnet och att följa med i dess utveckling. Ge lagom utmaningar, lära barnet klara motgångar, matcha barnet. Men tänk på att du som förälder är "good enough".

Sammanställt av Lena Johansson för RDK