

# Et møte med tradisjonell psykiatri

- Mine erfaringer som pasient

## Psykisk helse 2019

21-23 Januar 2019

Helen Wesnes

✉  [wesnes.helen@gmail.com](mailto:wesnes.helen@gmail.com)



# Dagens temaer

- Bakgrunn
- Forløp i psykiatrien
- Medisinering
- Bruk av tvang
- Nedtrapping/ «bråseponering» Oppvåkningen!
- Ettervirkninger/langtidseffekter av psykofarmaka



# Min bakgrunn

- Tospråklig
  - Aktiv
  - Pliktoppfyllende
  - Skoleflink
  - Talentfull fiolinist
  - Godt sosialt nettverk
- 



# Forløp i psykiatrien

- Innlagt i år 2000 etter traume
- Feildiagnostisert, feilmedisinert og overmedisinert
- Innlagt 8,5 år i ett strekk
- Flyttet inn i omsorgsbolig
- Medhold på nedtrapping i 2013–2014
- Medisin- og diagnosefri i 2015



# Min behandling

- Ensidig medikamentell behandling
- Økende medisinbruk/polyfarmasi
- Overdreven/ulovlig bruk av tvang
- Gradvis forverring av psykisk og somatisk helse
- Uforsvarlig overmedisinering og alvorlige bivirkninger



# Virkninger/bivirkninger (1)

- Sedasjon og søvn
- Fall i kognitiv fungering
- Blodtrykksfall
- Overvekt
- Hjerteproblemer
- Hvite blodlegemer
- Menstruasjon



## Virkninger/bivirkninger (2)

- Stoffskifte
- Obstipasjon
- Inkontinens
- Sikling
- Skjelving
- Hudproblemer
- **100% FRAVÆR AV POSITIVE VIRKNINGER**



# Medisiner

- 28 (+) forskjellige medikamenter
  - Antipsykotika
  - Antidepressiva
  - Stemningsstabiliserende
  - Benzodiazepiner
  - ADHD medisiner
  - Sovemedisiner
  - Epilepsi medisiner
  - Stoffskifte medisiner



# Før og etter



1999



2004



# Tvang

- Tresifret timeantall i belter
- Omfattende bruk av skjerming
- Årsak:
  - Uro
  - Hørselshallusinasjoner
  - Hun har selvskadet i tidligere
  - Skjerme henne fra andre belastende pasienter
- *«Hun er aldri truende eller utagerende mot personale og gjør ikke antydning til å skade andre»*



### **Døgnrapport 25.03.03:**

"Vakthavende lege ble tilkalt kl.21.15 og det ble fattet vedtak på beltelegging. Helen mottok beskjeden om beltelegging på den måten at hun da først måtte på do, bytte genser og at hun måtte ha med seg vannflasken sin. Ordnet alt dette helt rolig og la seg så i beltesengen.»


### **Døgnrapport 26.03.03:**

"Hun kastet flere ting på gulvet som lå i bokhylla si. Ble da holdt av to personale. Vakthavende ble ringt, og ble lagt i belter kl.18.00. Pas. ble villig med inn på belterommet og gjorde liten motstand da hun ble lagt i belter. Ble løst opp kl 20.15 for å gå på do. Ble lagt uproblematisk i belter igjen etter dobesøket."



# Nedtrapping/seponering

- Beskjeden nedtrapping 2013
- Rask nedtrapping av Leponex fra 2014
- Innleggelse grunnet akutt søvnmangel
- Bråseponering av resterende medisiner
- Ny innleggelse grunnet abstinenser
- Oppstart av medisiner grunnet abstinenser



# Reaksjoner på seponering:

## Fysiologiske

- Angst
- Søvnløshet
- Nervesystem
  - Akutt nedsatt følsomhet i fingre
  - Overaktivt nervesystem
- Vannlatingsbesvær
- Blødninger fra tarm og blære



# Reaksjoner på seponering: Mentale

- Å «våkne» - Et mentalt sjokk!
- Kognitiv fungering
- Hukommelse
- Følelsesmessig kaos
- Angst, irritabilitet og depressive symptomer



# Langtidseffekter etter seponering av psykofarmaka

- Overaktivt nervesystem
- Sanseapparatet
- Søvnløshet
- Somatiske utredninger, operasjoner, osv.
- Starte livet på nytt



# Til refleksjon ...

- Hvordan kan det ha seg at det tok 15 år å bli kvitt diagnose og medisiner?
- Diagnoser som forklaringsmodeller?
- Diagnoser til hjelp eller ulempe?
- Dilemmaer rundt medikamentell behandling





# Takk for oppmerksomheten!

✉  [wesnes.helen@gmail.com](mailto:wesnes.helen@gmail.com)