

Hevur tú ein spurning ella onkran trupulleika, sum tú kundi ynskt tær at fingið viðgjordan í hesum teiginum.

Spyr Sosialin

Skriva til: Sosialurin, postsmoga 76, 3800 Argir. Merk brævbjálvan »Spyr Sosialin«.

Sálarfrøðing- urin:

Klaustrofobi og ótti fyri blóði

Eg eri 29 ára gamal og nýliga giftur. Havi gott arbeiði, havi ongar pengasorgir og livi helst eftir flesta tykki eitt rættuliga valavbalanserað liv, sum neyvnan man hava tær stóru sálarligu ávirkanninar á tað, eg nú skal greiða frá.

Sum smádrongur dámdi mær ongatið litil og afturlatin rúm, við ongum vindeygum. Visti mær einki verri, tá eg varð noyddur at fara í summarferi við pápa minum — við flogfari. Eitt lítið og trøngt flogfar við fáum og smáum gluggum. Kvælið.

Somuleiðis var at koma á biograf, at vera noyddur at sita mitt í mongdini í kirkjuni, at sita á baksetrinum í bili við ongum hurðum aftan, at koma inn í elevator, o.s.f. Alt hetta var við at gera meg óran.

Sum eg gjørdist eldri lærdi eg at vinna so frægt

á hesum, at eg ikki gjørdi mær til skammar millum fólk. Ístaðin fyri at fara uttanlanda við flogfari, so fari eg við skipi, eg seti meg aldri á eitt baksetur, eg gangi trappurnar ístaðin fyri elevatorin og fari eg t.d. inn á eitt lítið w.c. við ongum gluggum, so læsi eg ikki hurðina av ótta fyri at verða innstongdur.

Tað eg kenni og merki kallast vanliga klaustrofobi. Hvussu so nógv eg sigi mær sjálvum, at hetta hevur einki at týða, »tú kanst ikki kvælast her inni o.s.f.« og hvussu so nógv eg veit at tað er satt, so kemur hetta sum ein ósjónlig hond yvir meg, tekur hvørkratak um andaror mitt og vil taka ondina frá mær. Eg komi í andaneyð og vil svima.

Nakað tað sama hendir, tá eg siggi blóð. Eg komi í andaneyð og vil svima. Eg havi verið rættuliga buldrur, brotið meg sundur fleiri ferðir, triggið ferðir opið beinbrot og ein brotnan arm, so eg kenni eitt sindur til at blóða. Havi eisini verið burtur nakrar ferðir, verið kannaður á tuberklastøðini og m.a. tikið blóðroynd — og svimaður hvørja ferð.

Fyri ein tilkomnan mann sum meg við álitis-

arbeiði, kendur sum ein ið ikki hevur staðið aftast millum sjómenn, so er hetta eitt sindur keðiligt. Ein kann ikki tosa um hetta við vinnmennirnar, tí so fær ein bert at vita: »Halt kjaft, tú ert svakur. Gakk og legg teg til Arna«, og so framvegis.

Eg veit, og havi lisið mær til í donskum blóðum, at ein kann fáa eina drúgvu sálarfrøðisliga viðgerð fyri hetta, men tað havi eg hvørki stundir ella umstøður til.

Tí vil eg spyrja sálarfrøðing, um nakar er sum ein kann gera sjálvur. Er nakar háttur ein kann venja seg fyri tilikum. Er nakar annars óskaðiligur heiluvágur ein kann taka, t.d. tá ein møgulega verður noyddur í eitt flogfar? Ella t.d. um ein varð settur í geglið fyri spruttkeoyring — tá haldi eg eg hevði rættuliga doyð.

Vónandi kann sálarlæknin koma við nørkum góðum ráðum.

C. I.

Tygum hava frálíka væl lýst, hvussu tað kennist at hava fólk. Orðið stavar frá trikska ordinum fobos, summerkir sjúkligt



Eyðun Joensen, sál-arfrøðingur



Marjun Sigurdsdóttir, sál-arfrøðingur



Marner Simonsen, lækni



Turið Debes Hentze, logfrøðingur

bangni fyri einum ella øðrum avmarkaðum fyrbrigdi. Tey kunnu vera ógvuliga ymisk, eitt nú **mysofobi**, sum er bangni fyri skitti, **aikmofobi**, sum er ótti fyri hvossam amboðum, **hydrofobi**, sum er vatnskrekkur og imillum mangt annað, sum í tygara fari, **klaustrofobi**, sum er ótti fyri at kenna seg innibrygdan ella í trøngum rúmi.

Tað lagna við fobium er, sum tygum pura beint skriva, m.a. at ein, sum annars ikki er bangin til, men tvørturimóti væl virkandi á flest øllum økjum, er befongdur við slíkt ávíst bangilsi, sum ein sjálvur full væl veit er ógrundað, og sum onnur uppfata sum beinleiðis lógið.

Fobi verður hildið at vera eitt slag av neurosu ella neurotiskum bangni, sum eins og onnur neurotisk fyrbrigdi verður hildið at stava frá upplivingum ella konfliktum langt afturi í barndómnum, men sum í tí fobiska færimum verður upplivað í samband við onkra hendring ella lut, og eftirsum angistin bert verður lutvíst fortongdur út tilvitskuni, hevur ein lyndi til at uppliva bangni nær

tengt at tí fobiska objektinum; ein heldur tí tað tronga rúmið, vatnið, knivin, blóðið o.s.f. vera orsøkina til óttan, og tí hevur ein lyndi til at uppliva ótta, tá ein kemur út fyri hesum lutum og fyrbrigdum.

Førelður flest minnst helst aftur á nógv fobisk fyrbrigdi hjá børnum teirra, men sum børnini síðani eru sloppin av við, so sum tey framhaldandi hava ment seg: men tá fobiir sita eftir hjá tilkomnum og annars væl virkandi menniskjum, er tað sum við øðrum neurosum mangan torført og møðsamt at fáa minkað um, tiansheldur gjørt av við angistina, sum aftanfyrir býr.

Hjá børnum og hálvvaknum ber stundum til at linna um ella beinleiðis forkoma fobium við spakuliga at nærkast til óttakenda fyrbrigdinum í trygghum umstøðum, t.d. saman við onkrum, ein hevur fult álit á.

Vaksin kunnu sjálvi, júst so sum tygum hava gjørt, fyriskipa seg soleiðis, at fobiirnar darva og avmarka ein minst møgulegt. Er ein t.d. bangin fyri at koma á trongd innari í kóri í ovurfyltari

kirkju, má tað bera til at skipa soleiðis fyri, at ein fer heiman í góðari tíð og kann fáa sær sess uttarlaga.

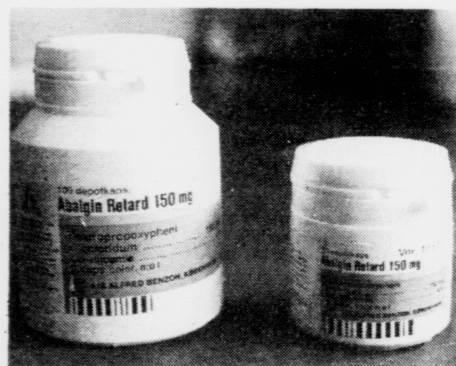
Hvussu teir hava roynt at grøtt hervilgar fobiir við viðgerðarhættum líka frá psyko- og farmakotiskum samtalum til sera vandamiklar LSD-viðgerðir, vil tað vera óv langt at greiða frá her, men sagt skal verða frá, at tað finnst nógv ráð fyri, hvussu ein bræfengis kann linna um óttan, um ein t.d. ræðist at ferðast í flogfari. Ein litil ella nertablettir fyri bangilsi hjálpa frálíka væl, men væl at merkja bert í lotuni; tað lekir ikki tann aftanfyrir liggjandi sjúkliga óttan.

Hin spurningurin um ótta fyri blóði kundi verið ósvaraður á líknandi hátt sum omanfyrirstandandi, og álvaratos eg skilji tygum ógvuliga væl, tí eg havi sjálvur roynt sum hálvvakinn at staðið í røðini til blóðkannningar á Tuberklastøðini og havt bestan hugin at sloppið mær á dyr aftur, aftaná at hava sæð próðan-fiskimann smolið í golvíð longri frammi í røðini, og ikki er fritt fyri, at slíkt hevur hug at renna fram fyri ein aftur. Ey Jo

Skelkandi tíðindi um tablettir:

100 fólk deyð av pinutablettum

Abalgin pinutablettir er álvarsamast misbrúktu evnið í Danmark, sum oftast er orsök til deyða millum tablett misbrúkarar. Evnið er vandamikið í sær sjálvum, men serstakliga um alkohol ella narkotisk evni verða nýtt samstundis. Abalgin verður eisini nýtt í Føroyum



Í grein í Aktuelt sigur Jørgen B. Dalgaard, professari í Árhús, at hann longu í 1979 skrivaði til Heilsustýrið um Abalgin pinutablettir, og upplýsti um tilburðið ið forði til deyða, sum Abalgin var atvoldin til.

Hann setti fram uppskot at banna Abalgin tablettum. Hóast trý ár eru liðin, so er framvegis einki hent í málinum og lækna ávísingar verða enn skrivaðar upp á hetta vandamika evni.

Abalgin er eitt syntetiskt morfínevi, sum seinastu trý árin hevur elvt til deyða hjá umleið 100 fólki. Ein kanning hevur verið gjørt sum prógvur hetta.

— Abalgin er livshættisligt í mongdum niður til fimmsleks ferðir tí ávístu mongd-

ina — serliga um sjúklingar eisini nýta alkohol ella narkotisk evni samstundis, sigur Jørgen Dalgaard.

Goymsluhygli

Serliga vandamikið er »Abalgin retard«, sum í mun til vanligu tablettirnar er so nevt goymsluhygli, sum í innihaldi er meira enn dupult so sterkt.

»Abalgin retard« gevur spakuliga evnið frá sær, so hvørt sum magasyran brýtur niður hyklið. Hetta ger, at evnið virkar í longri tíðarskeiði enn vanligu tablettin.

Í mun til tablettina, so er tíðin eisini longri, áðrenn evnið virkar.

Um sjúklingurin ella misbrúkarin í biðiðini gerst ótolin og tekur eitt ella tvey hyli afturat, so er vandi á ferð.

Abalgin verður givið eldri fólki og gíktisjúklingum. Í Danmark selja summi tað víðari ella tað verður stolið frá teimum. Í hvussu so er, hevur tað víst seg, at fólk fáa fatur á evninum, sum ikki vita hvussu vandamikið tað er.

Á Apotekinum í Havn sigur Gunna Thomsen, farmaceut, at Abalgin verður útlýggjað gíktisjúklingum og øðrum, ið hava brúk fyri pinudoyvandi evni, men at tað ikki er vandamikið at

nýta, um ein tekur tablettirnar eftir ávísingini.

Sosialurin spurdi eisini Høgna Debes Joensen, landslækna, um tað var rætt at nýta Abalgin tablettir, tá hesar vóru lýstar at verða sera vandamiklar?

— Eg havi júst fingið skriv frá Heilsustýrinum í Danmark um hetta evnið. Annars hevur verið upplýst í vikuskritti fyri læknan um hetta evnið. Allir læknan eru gjørdir varugir við, at teir skulu nýta Abalgin tablettir við ansni.

Hogni Debes Joensen sigur, at hann hevur sent ávarting til allar læknan í Føroyum, um at nýta annan heiluvág, har tað ber til, og at avmarka nýtsluna av Abalgin so nógv sum gjørligt. Eisini er gjørt vart við, at Abalgin saman við sovitablettum ella alkohol er vandamikið.

Er tað rætt at selja tablettir, sum eru so vandamiklar?

— Tað er ein spurningur, sum er verður at umhugsast, men av tí at Abalgin er gott evni móti pinu, so er torført at banna tað, so leingi einki evni er, sum er eins gott.

Av tí at læknan hava frian rætt til at skriva læknaávisingar, so er torført at hava við at gera, — serliga tá Heilsustýrið í Danmark hevur kannað málið, og ikki

heldur, at grundarlag er fyri at banna Abalgin.

Ber til hjá landslækanum í Føroyum at bannað evni, sum í Danmark er loyvt at útskriva læknaávising til?

— Tað skuldi ikki verið ógjørligt, men tá vit plaga at halda okkum til heiluvág, sum eisini verður nýttur í hinum Norðanlondum, og tá Abalgin ikki er bannað í Noregi og Svøríki heldur, so fari eg at umhugsast hetta einaferð enn.

Abalgin er evni, sum sigst gera fólk bundin at hesum evni. Verður hugt eftir, hvussu nógvur ávísingar frá lækna verða skrivaðar upp á hetta evni?

— Nei, tað hevur ikki verið gjørt. Væntandi verður í næstum ein fundur, har vit ætla at hyggja eftir hvussu nógvur verður brúktur av hesum evni og síðan fylgja kannningin upp aftur seinni, so yvirvilt kann fáast, hvussu nógv fólk nýta hesar tablettir.

Verða kannningar eisini gjørdar við øðrum heiluvág, sum fólk gerast bundin at ella beinleiðis gerast tablett misbrúkarar av?

— Tað er bert grundarlag fyri at gera kanningar um Abalgin tablettir, sigur Hogni Debes Joensen at enda.

Dag.