

HEILSA



GÓÐ RÁÐ UM VETRARTROYTTLEIKA Í bókini "Vinterdepression og vintertræthed – sådan får du det bedre" eru nógv góð ráð um, hvussu fólk, sum hava trupulleikar við vetrarmyrkri, kunnu fáa ein ljósari og betri vetur. - Í bókini eru nógv virðismikil ráð um, hvat fólk sjálvi kunnu gera, um tey kenna seg rakt av vetrartunglyndi. Tað sigur professarin í psykiatri við Århus Universitet, Poul Videbech, sum er ein av leiðandi serfrøðingunum á økinum.

Vantandi politiskar raðfestingar av psykiatriska økinum

- Tað er sera órógvandi, at livialdurin hjá sálarsjúkum er 15-20 ár styttri enn hjá øðrum borgarum. Hetta krevur eisini nakrar politiskar raðfestingar av psykiatriska økinum, sum er við at dragna afturút. Stígur er eisini komin í víðkan og útbyggjan av viðgerðartilboðnum til vaksni við sálarsjúkum, sigur Tormóður Stórá, leiðandi yvirlækni á Psykiatriska Deplinum

Vilmund Jacobsen

Í morgin - hósdeginn 10. oktober - er altjóða psykiatridagur, og í hesum sambandi hevur Sosialurin vent sær til Tormóð Stórá, serlækna í psykiatri og leiðandi yvirlækna og spurt hann um eina kanning av livialdrinum hjá fólki við sálarsjúkum.

- Nakað av skrivning var um hesa kanning í donskum fjølmiðlum fyrr í summar, men eg haldi ikki, at hetta rættiliga fann vegin hendan vegin, sigur Tormóður.

Norðurlendsk kanning

Psykiatriskir sjúklingar fáa kvett 15-20 ár av lívinum. Fólk við depressión og skizofreni hava ein livialdur sum í Yemen og Sudan.

Tað er eitt nú hetta, sum kemur fram í stóru norðurlendsku kanningini av livialdrinum hjá borgarum við psykiatriskum sjúkum.

Tað eru granskarar í Danmark, Svøríki og Finlandi, ið hava kannað fleiri enn 270.000 fólk, sum í tíðarskeiðnum 2000-2006 hava verið innløgð á psykiatriskum sjúkrahúsi í minsta lagi eina ferð.

Miðallivialdurin í hesum londunum er umleið 80 ár, men hjá teimum, sum hava álvarsliga psykiatriska sjúku, verður lívið styttr við 15 árum hjá kvinnunum og 20 árum hjá monnunum, so hesi fara higani sum 60-65 ára gomul.

- Hesi órógvandi tøluni

krevja, at okkurt verður gjørt fyri at forða fyri høgu deyðiligheitini, siga granskarar úr Finlandi, Svøríki og Danmark í grein um kanningina, sum varð kunngjørd í nettiðarritinum PLOS ONE herfyri.

Lívsstíllssjúkur

Ein av høvundunum í kanningini er danski yvirlæknin, Merete Nordentoft, sum er kliniskur professari á Københavns Universitet.

Hon sigur, at tann stóra yvirdeyðiligheitin serliga kemst av, at borgarar við sálarligum sjúkum hava nógv fleiri lívsstíllssjúkur enn onnur og oftari doyggja av hesum. Tað er diabetes, hjarta-æðrasjúkur, livursjúkur, sjúkur í andalagnum og nógv annað.

Merete Nordentoft segði við danskt blað herfyri, at borgarar við sálarligum sjúkum sum heild liva ósunnari enn miðal borgarin. Ein størri partur drekkur ov nógv av alkoholi, og tað eru eisini tey, sum brúka onnur rúsevní, eins og tey iðka minni motión og eta ósunnari. Allir hesir faktorar geva teimum lívsstíllssjúkur, sum taka lívið av teimum fyri tíð.

Samstundis eru fleiri væl-kend hjáárin av heilivágnum, ið psykiatriskir sjúklingar fáa og sum eru tengd at hótandi yvirvekt, diabetes og hjartasjúkum. Tað er tó trupult at gera av, hvussu nógv hetta telur í kanningini, tí



- At sálarsjúk liva 15-20 ár styttri er sera órógvandi. Hetta er nakað, sum eigur at fáa okkara uppmærksmi komandi árin, sigur Tormóður Stórá, leiðandi yvirlækni á Psykiatriska Deplinum

heilivágurin halar eisini hin vegin við at stabilisera sjúklingarnar og fyrbyggja sjálm-morði.

Merete Nordentoft heldur, at hesin ójavni í livialdrinum millum sálarliga sjúk og aðrar borgarar er ein av teimum mest yvirsæddu heilsu-trupulleikunum í Danmark - og nakað sum krevur, at heilumyndugleikarnir taka

neyðug stig at bøta um hetta.

Føroyar ikki við

Føroyar hava ikki verið við í hesi norðurlendsku kanningini. Leiðandi yvirlæknin á Psykiatriska Deplinum á Landssjúkrahúsinum, Tormóður Stórá, sigur, at vit her ikki hava gjørt líknandi uppgerð, men út frá tí, sum norð-

urlenska kanningin vísir, er einki sum bendir á, at tað er nakað øðrvísi her hjá okkum. Ella við øðrum orðum, at vit eisini mugu rokna við, at miðallivialdurin hjá føroyingum við álvarsligari sálarsjúku eisini er væl styttri enn miðallivialdurin annars.

- Hetta er sera órógvandi er og nakað, sum eigur at fáa okkara uppmærksmi

komandi árin. Hetta krevur eisini, at tað verða gjørdar nakrar politiskar raðfestingar av psykiatriska økinum, sum er við at dragna afturút, eins og stígur er komin í víðkan og útbyggjan av viðgerðartilboðnum til vaksni við sálarsjúkum, tí ongar politiskar uppraðfestingar eru gjørdar á økinum seinastu árin, sigur Tormóður Stórá.