skakaður. Tó at vit vita tað sum ein absoluttan og ófrávíkiligan sannleika, at vit skulu doyggja, so eru okkara verjumekanismur so sterkar, at vit kortini fáa ein skelk, tá vit fáa boðini um, at deyðin nú kemur á gátt hjá okkum, sigur sálarfrøðingurin.

Angist, ótti og eisini stúran kunnu vera rættiliga náttúrligir partar av slíkum løtum, greiðir Súsanna O. Skaale frá.

- Ein kann ræðast, óttast og stúra bæði fyri, hvat skal henda einum sjálvum, og fyri hvussu tað fer at ganga teimum nærmastu, ið skulu halda áfram at liva. Einsemi ger seg eisini ofta galdandi. Her er ikki bert talan um ítøkiligt einsemi, men tey, sum hava fólk um seg, uppliva eisini eitt eksistentielt einsemi, ið ofta kemur av, at fólkini rundan um tey ikki megna at rúma tað, tann sjúki fer ígjøgnum sálarliga. Ofta er orsøkin, at tey sjálvi fara ígjøgnum nakað torført við at skula missa tann sjúka. Ein kensla, sum eisini fyllir nógv hjá teimum, ið skulu doyggja ella eru álvarsliga sjúk, er meiningsloysi, sigur Súsanna O Skaale

Hon greiðir víðari frá, at á sama hátt sum okkara verjumekanismur kunnu halda okkum frá at vera tilvitaði um okkara egna deyða, so kunnu verjumekanismurnar eisini halda okkum frá at hugsa um tað meiningsloysið, sum er rættiliga sjónligt rundan um okkum allastaðni í verðini. Øðrvísi er tó, tá vit sjálvi verða rakt. Her leggur Súsanna O. Skaale afturat, at tá so meiningsloysið á einhvønn hátt rakar okkum sjálvi, verður tað torførari at halda tað burtur frá okkara tilvitsku, okkara tonkum og kenslulívi.

- Tá er vanligt, at sjúk fólk seta sær spurningar sum »hví skuldi eg rakast av hesum« ella »hvør er meiningin við tilveruni«, sigur Súsanna O. Skaale.

Sjúklingar ávirka terapi

Ikki er óvanligt at hoyra fólk undrast á, hvussu terapi hjá sálarfrøðingi kann hjálpa. Ikki er tað løgið heldur, eftirsum økið er óítøkiligt og millum annað tengt at, hvussu báðir partar virka saman.

Til hetta sigur Súsanna O. Skaale, at tað er sera torført í eini stuttari samrøðu at útgreina, hvat tað er sum ger, at terapi virkar, og hvat tað er sum hjálpir, tá fólk hava samrøður við sálarfrøðingar.

- Fólk, sum granska psykoterapi, halda fleiri ymisk viðurskifti hava týdning. Men eg má eisini siga, at psykoterapi og harvið eisini psykoterapigranskingin er enn sera ung í mun til eitt nú læknavísindina, og tí eru allir spurningar verri enn so granskarar ósamdir á summum økjum. Men skal eg gera tað einfalt, kann eg siga, at psykoterapi, sum Freud nevndi »the talking cure«, grundleggjandi er lekjandi, av teirri vísindaligu orsøk, at tað vit seta orð á, goymist øðrvísi í minninum enn tað, vit ikki seta orð á. Og tá vit hava verið fyri ógvusligum hendingum ella kreppum í okkara lívi, kann tað vísa seg, at vit fáa fortreð av tí seinni. Antin tí vit fáa »flash backs«, har vit enduruppliva trauma, ella kanska við øðrum sjúkueyðkennum, sum eitt nú tunglyndi ella angist. Hetta kann henda hjá teimum, sum ikki seta orð á tað torføra, sum tey hava upplivað, ella onkursvegna ikki fyrihalda seg til tað, men tvørturímóti fortreingja tað, sigur Súsanna O. Skaale.

Sálarfrøðingurin greiðir frá, at hetta álvarsliga fyribrigdið er í dag ein vælundirbygdur vísindaligur sannleiki, og tí spyrja granskarar innan psykoterapeutiska viðgerð ikki longur um psykoterapi virkar, men hvussu hon virkar. Flestu menniskju, sum vita at tey eru doyggjandi, eru undir stórum trýsti sálarliga og tørva oftani eisini at fáa luft. Hetta er nakað, sum sálarfrøðiligar samrøður kunnu hjálpa við.

- Við slíkum samrøðum fært tú sum sjúklingur bjóðað eitt trygt rúm til at lufta tín ótta, angist og stúranir. Tínir tankar um til dømis deyðan ella meiningsloysi verða møttir og rúmaðir av einum fakfólki, ið kennir til tankararnar frammanundan. Hetta kann harvið eisini minka um tað eksistentiella einsemið, ið tú sum sjúklingur upplivir. Soleiðis kann sálarfrøðingurin fara ígjøgnum kreppuna saman við sjúklinginum, sigur Súsanna O. Skaale.

Samanumtikið kann sigast, at úrslitið av terapi avhongur av innsatsinum eisini. Súsanna O. Skaale sigur um nýggjastu granskingingina á økinum, at sambandið ímillum sjúkling og sálarfrøðing hevur avgerandi týdning fyri, hvussu væl samrøðuterapiin virkar.

- Tað er eisini týdningarmikið at nevna, at ein avgerandi faktorur, sum tíverri ofta verður undirmettur, er motivatiónin hjá sjúklinginum sjálvum. Við øðrum orðum er úrslitið av kreppusamrøðum og terapi sum heild sera nær tengt at, og hvussu motiveraður hann ella hon er fyri at fáa nakað burturúr, sigur Súsanna O. Skaale.

At loyva deyðanum inn í lívið

Ymiskt er hvussu mentanir, fólkasløg, áskoðanir uppfata lívið og deyðan, og hvussu nógv deyðin sleppur at fylla á tilvitaðan hátt í gerandisdegnum. Á okkara leiðum er eisini munur á, hvussu deyðin verður uppfataður. Her tosa vit kanska mest um tvær høvuðslinjur, tann religiøsa og tann verðsliga, men onki er svart ella hvítt á hesum øki, og fleiri rúma nakað av hvørjum. Kanska uttan at hugsa um tað í gerandisdegnum.

Spurd um ein prestur kann setast í staðin fyri ein sálarfrøðing, tá vit tosa um deyða, sigur Súsanna O. Skaale, at tað er í ein ávísan mun satt, at religión kann skúgva sálarfrøðina til víks, tá deyðin bankar uppá.

- Hetta kemst av, at religión, óansæð hvør religión tað er, bjóðar tí doyggjandi eina forklároing, og harvið eisini svar uppá teir stóru spurningar, ið ofta stinga seg upp, tá deyðin er nær. Tað kann sálarfrøðin ikki, sigur Súsanna O. Skaale.

Hon leggur afturat, at tað eisini er neyðugt at hava í huga, at fyri tey sjúku og doyggjandi, ið ikki eru trúgvandi, og sum ikki meta, at ein prestur kann vera teimum til hjálp, er týdningarmikið at hava onnur alternativ, leggur sálarfrøðingurin dent á.

Súsanna O. Skaale sigur um sálarfrøðina, at sálarfrøðin bjóðar ikki svar uppá lívsins ævigu viðurskifti, men við einum sálarfrøðingi fáa treingjandi fólk ein felaga at fylgist við gjøgnum ta torføru tíðina.

- Tú fært ikki svar uppá teir stóru spurningarnar, men tú kanst fáa vegleiðing til at finna fram til tíni egnu svar. Og um so er, at tú ikki sjálvur hevur nøkur svar, so fært tú ein felaga, ið saman við tær møtir og rúmar teirri óvissu, sum er kring teir stóru, men ósvaraðu spurningarnar, sigur Súsanna O. Skaale at enda.

FAKTA

Jansy Gaardlykke
er dagligur leiðari hjá Føroya Felag móti Krabbameini og er sjálv útbúgvin sjúkrarøktarfrøðingur. Sum einasta fastlønta starvsfólk hjá felagnum er Jansy Gaardlykke, saman við nevndini, miðdepil fyri og ígongdsetari av tiltøkum, sum menna felagið úteftir og samla felagið inneftir móti limunum. Hon hevur saman við nevndini í felagnum skipað fyri hópin av tiltøkum fyri krabbameinssjúklingum, teirra avvarandi og øðrum fyri at fáa nýggja vitan til Føroya til gagns fyri tey einstøku raktu. Eisini hevur hon luttikið við grein í fakblaði um palliatión, sum er linnandi viðgerð- og umsorgan til doyggjandi.

Vitan um viðgerð, røkt og pínulinna skal helst samlast á einum stað, heldur Jansy Gaardlykke, leiðari í Føroya Felag móti Krabbameini
Mynd: Jens Kristian Vang

Deyðasjúk spjadd á fleiri deildir

Sum dagligur leiðari fyri felag teirra krabbameinsraktu tosar Jansy Gaardlykke dagliga við sjúkurakt fólk og veit, hvørjir trupuleikar stinga seg upp. Hon veit eisini, hvussu støðið á viðgerð og umsorganarrøkt er í Føroyum í mun til aðrastaðni

DEYÐASJÚK
Anna Maria Joensen
amac@post.olivant.fo

Krabbameinsfelagið arbeiðir miðvíst uppá at betra umstøðurnar hjá krabbameinsraktum menniskjum. Eitt nú veitur felagið sálarfrøðiligar samrøður til tey, sum hava fingið krabbamein. Tann sálarligi parturin er umráðandi hjá allari familjuni, og stuðulsbólkar eru stovnaðir, so ymiskir krabbasjúklingar kunnu hitta hvønnannan.

Krabbameinsfeløg eru lokomotiv fyri nýggjari menning, stremban og eru við at fíggja bæði gransking innan fyribyrging, kurativari viðgerð og linnandi viðgerð. Jansy Gaardlykke kemur sum leiðari í samband við nógvar sjúklingar og hevur innlit í teir djúpu trupuleikarnar, sum umstøðurnar kunnu skapa.

- Viðgerð og umsorgan steðgar ikki fyri tað, um eitt menniskja ikki longur kann gerast frískt av krabbameini. Við palliativari (linnandi, men ikki lekjandi) viðgerð og umsorgan kunnu vit gera so øgiliga nógv fyri sjúklingin innan stuðul og pínulinnan. Eisini kunnu vit hugsa um andaliga og sálarliga støðu, sosiala støðu og at veita serhjálp, so lívsgóðskan hóast alt kann gerast so góð sum møguligt til tað síðsta.

- Viðgerðar- og røktarstarvsfólk á sjúkrahúsum og heimarøktini gera eitt stórt arbeiði fyri, at krabbameinssjúklingurin fær bestu viðgerð og røkt. Tó eiga vit ikki at steðga upp, men mugu altíð hyggja frameftir fyri at vita, um tað er nakað, vit kunnu gera betri

Jansy Gaardlykke nevnir í hesum sambandi útbygging av røktarskipanina, so tey menniskju ið ynskja at vera í egnum heimi, sleppa hetta.

- Og á sjúkrahúsinum kunnu vit geva opna innlegging og samarbeiða við heimarøktina her. Eisini er umráðandi, at øll viðurskifti eru skipaði í eina samanhangandi gongd, líka til deyðin kemur. Her er umráðandi, at vit ikki steingja sjúkradeildir í vikuskiftinum og í frítíðini, soleiðis at hesi menniskju verða koyrd út í ótryggleika og ikki hava kontaktpersónar. Eisini má sjúklingurin hava eitt ávíst tilhoyri til eina ávísa deild, so yvirlitið verður varðveitt, sigur Jansy Gaardlykke.

Neyðugt við útbúgving

Í dag er ongin onkologur – sum er serlækni í krabbameinssjúkum – í Føroyum, men í 2006 var peningur játtaður til hetta endamál. Higartil hava serfrøðingar frá Danmark vitja á krabbameinsambulatoriinum á Landssjúkrahúsinum nakrar ferðir árliga, til tess at hava eftirlit við viðgerðini har og læra starvsfólk upp.

- Høvdu vit havt egnan krabbameinslækna í Føroyum, hevði krabbameinsviðgerðin verið meira skipað og tryggari fyri hvønn einstakan sjúkling, tí servitanin var á staðnum hvønn dag. Eisini hevði palliatiónin – tann linnandi viðgerðin – verið betri. Ein krabbameinssjúklingur, sum er í viðgerð ella hevur tørv á palliatión, hevur ofta nógv ymisk symptomir, alt eftir hvør sjúkan og viðgerðin er.

Jansy Gaardlykke vísir á, at tað krevur serliga vitan, innlit og serútbúgving at viðgerða og røkta.

- Men vit kunnu savna ta vitan, sum er, heldur enn at spjaða hana millum ambulatoriið og tær ymsu seingjardeildirnar, heldur hon.

Fimm sjúkrarøktarfrøðingar við serútbúgving starvast á onkoligiska (krabbameinsfrøði)ambulatoriinum í dag, men teir røkja ikki sjúklingarnar á seingjardeildunum. Øll mugu hava innlit í at veita umsorgan innan økið og mugu hava neyðuga útbúgving, eins og ein fyritreyt er at arbeiða saman tvørtur um faklig mørk .

Seingjardeild burturav

Jansy Gaardlykke greiðir frá, at tað besta og mest trygga fyri sjúklingin vildi verið at havt alt krabbameinsøkið undir einum. Bæði ambulatorium, seingjardeild og eina palliativa (linnandi) eind, har øll vitan um viðgerð, røkt og pínulinnan varð samlað á einum staði.

- Í dag verða krabbameinssjúklingar, sum krevja innlegging, spjaddir á ymsar deildir eftir til dømis viðgerð við kemoterapi. Hetta kann í summum førum vera óheppið, tí ymisir trupuleikar kunnu stinga seg upp og verða yvirsæddir, tí servitanin ikki er tøk á staðnum. Tí hevur tað alstóran týdning, at krabbameinsøkir í mesta mun verður samlaði undir einum til gagns fyri krabbameinssjúklingin. Tað er eisini umráðandi fyri sjúklingin og hansara avvarðandi at vita og kenna, at ymsu starvsfólkini hava innlit og vitan í sjúkugongdina, sigur Jansy Gaardlykke, dagligur leiðari hjá Føroya Felag móti Krabbameini.