Eitt ár síðani vanlukkuna á Stord

Í dag er eitt ár síðani flogvanlukkuna á Stord í Noregi. Minningarhald verður um middagsleitið. Minningarhald til minnis um tey fýra, sum doyðu í vanlukkuni við flogfarinum hjá Atlantsflogi 10. oktober í fjør, verður í Sørstokken-floghavnini. Har verður ein minnisplata eisini avdúkað. Enn er tann endaliga skaðafrágreiðingin ikki komin, men av einari ella aðrari orsøk fóru spoilarnir ikki upp, tá flogfarið setti seg vanlukkumorgunin. Hetta saman við vætu á vøllinum gjørdi, at flogfarið steðgaði ikki, men fór út av breytini, har eldur kom í tað. Kunningarleiðarin hjá Aker Stord, Alf Terje Myklebust, segði við Kringvarpið í gjár, at avvarðandi hjá teimum, sum lótu lív í vanlukkuni, eru boðin til minningarhaldið. Tey, sum sluppu frá vanlukkuni við lívinum og teirra familjur, eru eisini boðin við.

Øll kunnu blíva svøk

Fjóðri hvør persónur fær eina sálarsjúku onkuntíð í lívinum. Á Psykiatriska Deplinum gagnnýta tey førleikarnar og royndirnar hjá fyrrverandi sjúklingum, sum nú eru at finna millum starvsfólkini.

- Vit kenna kenslurnar og kunnu stuðla sjúklingunum á ein øðrvísi hátt enn vanligu starvsfólkini, sigur Fía Lamhauge, sjúklingaumboð, sum nú er frísk aftur, eftir eitt langt tíðarskeið sum sálarsjúk

Fíu Lamhauge heldur tað vera neyðugt at tosa og upplýsa um sálarsjúku. - Øll kunnu blíva sjúk og tað er spell at vit tiga, tí tað ber til at fáa hjálp, sigur hon

HEILSUVERK
Rigmor Dam
rigmor@sosialurin.fo
Mynd: Jens Kristian Vang

Viðhvørt er tað bæði ein førleiki og eitt krav at hava verið sálarsjúk. Úti á Psykiatriska Deplinum starvast fýra fyrrverandi sjúklingar, harímillum 48 ára gamla Fía Lamhauge úr Havn.

- Sálarsjúklingar hava onki sjálvsvirði, og eru skjótir at mistulkað signalir frá teimum frísku starvsfólkunum. Har eru vit fyrrverandi sjúklingar eitt gott íkast til hini tilboðini á deplinum, tí vit hava verið har, sigur Fía Lamhauge, sum í dag starvast sum sjúklingaumboð á Psykiatriska Deplinum. Fremsti førleiki hennara í hesum starvi er, at hon sjálv hevur verið psykiatriskur sjúklingur, umframt ein ótroyttiligur vilji til at bøta um umstøðurnar hjá sálarsjúklingum. Í dag er altjóða psykiatri dagur, og verður hann markeraður við einum stórum tiltakið allan dagin í Tórsgøtu í Havn.

Gjørdist sjúk

Fyri 10 árum síðani fekk Fía Lamhauge eina álvarsliga psykosu, sum endaði við, at hon varð innløgd á afturlatnari deild.

- Tá eg varð útskrivað nakrar mánaðir seinni, forkláraði sálarfrøðingurin Eyðun Joensen tað soleiðis, at eg hevur verið fyri nógvum brotasjógvum, men at skútan kanska lá nakað tungt í sjónum frammanundan, sigur Fía Lamhauge myndaliga. Áðrenn hon gjørdist sjúk, livdi hon eitt púra vanligt lív sum heimagangandi húsmóðir við manni og trimum børnum.

Næstu árini arbeiddi Fía Lamhauge miðvíst við sær sjálvari. Hon varð innløgd aftur og gekk javnan í terapi.

- Tá eg varð útskrivað, varð eg send heim, og hóast eg var niðurundirkomin av møði, diddarak og deprimerað, skuldi eg klára hús og heim eins og fyrr. Gekk í terapi, sum avgjørt er vegurin fram. Men kendi samstundis ofta, at tíðin millum viðtalurnar vóru harðar, tí eg gekk einsamøll við øll um hesum kenslunum, sum eru so stórar, sigur Fía Lamhauge. Tá var onki skipað tilboð til útskrivaðar sjúklingar, og tí var tað nærliggjandi hjá Fíu, saman við Psykiatriska Deplinum, at taka stig til eitt tilboð til útskrivaðir sjúklingar.

Førleiki og royndir

Í londunum kring okkum hevur leingi verið arbeitt við at gagnnýta førleikarnar og royndirnar hjá fyrrverandi sálarsjúk. Hetta hava tey eisini verið opin fyri her heima, og í dag hevur Fía innrættað sær eina skrivstovu á læknagongini úti á Psykiatriska Deplinum, har útskrivaðir sjúklingar kunnu venda sær, antin við at møta upp ella at ringja. Tilboðið er ætlað sum eitt ískoyti til onnur tilboð innan økið. Fía Lamhauge greiðir frá, at fólk, sum hava verið sjúk, kenna seg ofta einsamøll og hava angist, og at tey allarflestu, sum verða sálarsjúk, virka normalt, tá tey ikki eru sjúk. Men meðan tey eru sjúk, kenna tey tað ofta sum at vanligu starvsfólkini eru á einum øðrum plani.

- Vit eru eitt slag av sjálvhjálpartilboði. Vit kenna kenslurnar aftur, og kunnu geva teimum nøkur amboð, sum kunnu hjálpa, umframt at vit kunnu lurta. Tað er sjálvandi ymiskt, hvat ið hjálpir, men tað kann vera at halda einum steini í hondini, sum symboliserar styrki, ein yrking, eitt tekstabrot ella ein fløga, sigur Fía Lamhauge. Í sambandi við starvið á Psykiatriska Deplinum var Fía í Danmark í 2½ ár, har hon tók útbúgving sum life-coach.

Liva í aðrari verð

Tað kann vera torført at ímynda sær, at fólk, sum eftir øllum at døma liva eitt fullkomiliga normalt lív, knappliga gerast sálarsjúk og púrasta svøk. Hetta kann eitt nú koma til sjóndar við at tey síggja ella hoyra okkurt, sum ikki er. Og Fía Lamhauge greiðir frá, at tað eitt nú kann vera, at tey kenna tað sum at eldur er í. Allir sansirnir liva við í ímyndini og tey lukta roykin, hoyra brakini, kenna hitan og standa mitt í einum eldhavi, har tey veruliga kenna tað sum at eldur er í.

- Tá er eisini lættari at skilja, hví sálarsjúklingar gera fullkomiliga svakar gerðir, sum eisini kunnu vera kriminellar. Tey vita ikki, hvat ið tey gera, men fyri tey, kennist tað neyðugt, sigur hon.

Skommin og tøgnin

Eitt sum upptekur Fíu nógv í sambandi við sálarsjúku, er tøgnin og tabuið, sum ræður á økinum.

- Summi ynskja at tosa um tað, meðan onnur heldur vilja tiga. Tað skulu tey sjálvandi eisini hava loyvi til. Men ongin ivi er um, at opinleiki er vegurin til hjálp. At tosa um kenslur og upplivingar við tey, sum ein hevur álit á, sigur Fía Lamhauge, sum eisini vil vera við, at skommin forðar fólki at fáa hjálp.

- Vit sum samfelag skulu læra okkum at tosa hart um tað og at upplýsa eisini. Eitt nú í skúlum og barnagørðum, har vit eiga at læra børnini at seta orð á kenslurnar og at lurta eftir hvørjum øðrum, sigur hon. Og hon vísir á, at um vit ikki vita, at nakað er, sum til dømis eitur depressión, so vita fólk tað heldur ikki, tá tey fáa sjúkuna.

- Og tað er spell, tí tað er púra normalt og til ber at fáa góða hjálp, staðfestir Fía Lamhauge.