

# Lite kunskap om dold sjukdom

## Ny lokalförening ska hjälpa människor med beteendestörningar

KALMAR. Föreningen Ananke, som är till för människor som lider av tvångshandlingar, kommer inom kort att få en lokalförening i Kalmar.

— Det finns ett stort intresse för att bilda en lokalförening, men det är ingen som vill skylta med sitt medlemskap eller engagemang, säger Göte Engelbrektsson som sitter i Anankes riksstyrelse.

### Vill väcka förståelse

Att lida av tvångshandlingar anses fortfarande lite skamligt — inte minst av dem som är drabbade och deras anhöriga.

En av Anankes uppgifter är att medverka i press, radio och tv för att informera och väcka förståelse för sjukdomen hos allmänheten samt stödja anhöriga.

Det finns också psykologer och läkare knutna till föreningen.

Under helgen höll Ananke en konferens om tvångssyndrom i Kalmar med flera expertföreläsare. Ett trettiotal intresserade hade samlats för att lyssna och ställa frågor.

### Stort intresse

Alla konferensdeltagare som ville medverka till bildandet av en lokalförening i Kalmar skrev upp sig på en lista. Dessutom utsågs ett par lokala kontaktpersoner. Dessa kommer att arbeta ideellt i föreningen precis som alla andra medlemmar.

— Intresset verkar vara mycket stort bland dem som är här, konstaterar Göte Engelbrektsson.

Kontaktpersonerna i Kalmar kommer omedelbart att få pengar att disponera till bland annat politikerpåverkan och spridande av information.

### Nå skolhälsovården

— Framförallt vill vi börja nå ut till skolhälsovården. Där finns det väldigt lite kunskap om de här beteendestörningarna, menar Göte Engelbrektsson.

Herman Holm, chefsöverläkare på psykiatriska kliniken i Kalmar, medverkade som föreläsare på konferensen och är mycket positiv till bildandet av en lokalförening.

— Framförallt är det bra med det stöd som de anhöriga kan få genom föreningen Ananke. Anhörigas livssituation är ofta mycket besvärlig, säger Herman Holm.

**ANNELIE FRANK**

*annelie.frank@barometern.se*

Överläkaren Herman Holm och psykologen Olle Wadström föreläste om hur tvångstankar kan botas under Anankes konferens i Kalmar under helgen.

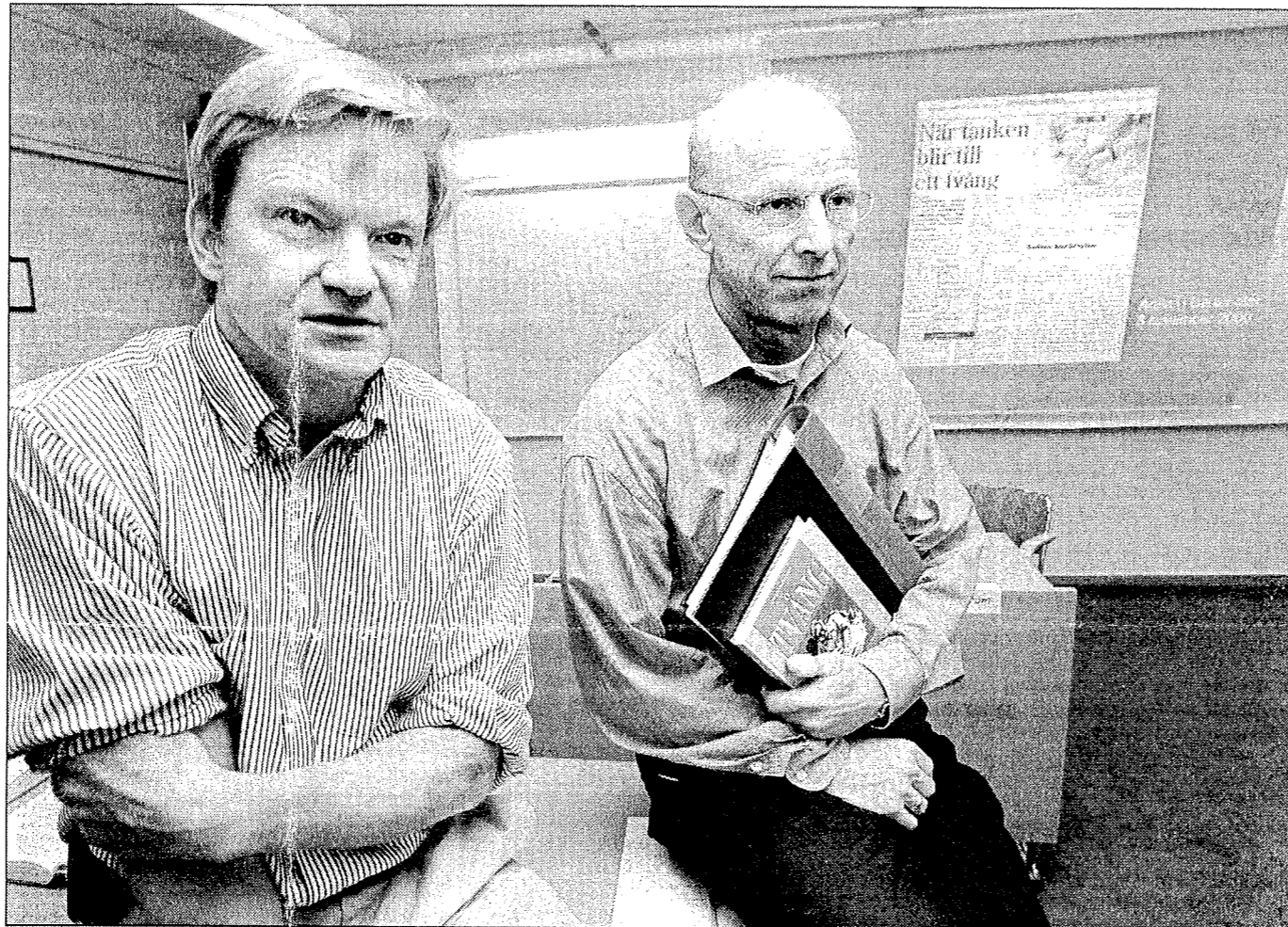


FOTO: SONJA PALM

## ”Det går att bli frisk från tvångstankar”

KALMAR

Ungefär två procent av Sveriges befolkning lider av olika slags tvångstankar och tvångshandlingar.

— Jag kommer bara i kontakt med de som har det allra svårast, säger Herman Holm, chefsöverläkare på psykiatriska kliniken i Kalmar.

Att ständigt tvätta sig, vara rädd för att det ska börja brinna, kolla om spisen är avstängd eller ha en mängd ritualer före sänggåendet blir ett handikapp om tankarna och

handlingarna upptar mer en timme av den vakna tiden.

### Överaktivitet i hjärnan

— De flesta av oss har dock en liten släng av det här. Det har nog hänt alla att de kollat om kaffebryggaren är avstängd en extra gång. Och barn har ofta perioder när de inte ska gå på vissa gatubrunnar, skriva upp alla bilnummer de ser och liknande saker, fortsätter Herman Holm.

Tidigare trodde man att sjukdomen berodde på olämplig uppfostran och var obotlig.

— Nu finns dock forskning som tyder på att sjukdomen

beror på en överaktivitet i vissa områden av hjärnan. Ofta är det begåvade, vakna och observanta personer som drabbas.

Och det har visat sig att kognitiv betendepsykologi kan göra de sjuka friska, säger Herman Holm.

### Mediciner kan hjälpa

Det är dock stor brist på kognitiva betendepsykologer i hela landet. Men det finns inget hinder för vanliga psykologer att använda kognitiva behandlingsmetoder.

För att bli kvitt sina tvångshandlingar gäller det att utsät-

ta sig för det ångestframkallande i lagom stora doser.

I många fall kan också ångestdämpande mediciner hjälpa den sjuke.

— Den som inte kan gå på offentliga toaletter kanske klarar det bra under tiden som ångestdämpande mediciner äts. Sedan går det oftast bra även när medicineringen är slut, säger Herman Holm.

### Stora påfrestningar

Ofta medför sjukdomen stora påfrestningar för den sjukas familjemedlemmar som får inrätta sina liv efter diverse olika meningslösa ritualer. Sjuk-

domen bryter oftast ut före 20-årsåldern, inte sällan efter en depression, en period med störningar eller någon traumatisk händelse.

Det är också vanligt att sjukdomen förvärras vid infektioner, PMS-besvär och stress.

— Nu vet vi att det går att bli frisk från tvångstankar. Visserligen kanske symptomen finns kvar, men den sjuke kan kontrollera dem bättre och upplever ofta perioder när symptomen är helt borta, säger Herman Holm.

**ANNELIE FRANK**

*annelie.frank@barometern.se*