

## Stipendieberättelse

Våren 2009 fick jag ett stipendium på 25 000 kronor från Publicistklubben. Jag fick det för att undersöka hur svensk sjukvård, i ett internationellt perspektiv, klarar av det psykiska omhändertagandet av patienter med långvarig eller psykisk sjukdom. Här kommer nu en kort stipendieberättelse.

Enligt min studieplan avsåg jag att intervjua läkare, psykologer och patienter i Sverige och utomlands för att undersöka hur sjukvården klarar av att behandla patienterna, inte bara kroppsligt, utan också psykiskt vid svåra sjukdomstillstånd. Jag har under mitt studieår gjort ett antal intervjuer, som inte alla kan redovisas i en stipendieberättelse.

Jag väljer därför att koncentrera rapporten till den intervju jag gjorde med John Weinman, professor i psykologi vid Institute of Psychiatry i Kings College, London.

John Weinman är internationellt en föregångare inom sitt fält och har spelat en viktig roll i utvecklingen av akademisk och yrkesmässig hälsopsykologi i Storbritannien. Vid sidan av forskningen undervisar han läkarstuderande i hälsopsykologi.

Professor Weinmans huvudsakliga forskningsområden är kognition (tankeprocesser) och hälsa, kommunikation och beslutsfattande i hälso- och sjukvård, stress, sårhäkning och återhämtning vid kronisk sjukdom.

Intervjun med John Weinman, och de samtal jag under studietiden haft med läkare och patienter, visar på en nära nog total avsaknad av hjälp på det psykiska planet för de patienter som drabbas av svåra, långvariga sjukdomar. Det gäller för Sverige och internationellt.

Enligt John Weinman är den medicinska utbildningen traditionellt – det gäller i Storbritannien som i övriga världen – dålig på att koppla ihop och förstå sambandet mellan det som händer psykologiskt med en person som drabbats av svår sjukdom och det som händer med kroppen. Läkarna blir experter på den fysiska delen av patienten, men det är väldigt liten korrelation mellan den medicinska svårighetsgraden av en sjukdom och den psykologiska. Den psykologiska svårighetsgraden är individuell.

– Mitt arbete på läkarutbildningen handlar om att försöka få läkarna att förstå sambandet mellan tankar och kropp; vi måste integrera de två fälten med varandra, säger John Weinman.

- Kroppen inkluderar tankarna och vi kan inte ignorera hjärnan. Om man inte försöker att lära sig förstå vad patienten tänker, hjälper vi i realiteten inte patienten fullt ut. Idag är medicinerna väldigt bra på att ta hand om det kroppsliga, men har nästan ingen träning i att förstå den psykiska sidan i behandling av sjukdomar.

John Weinman menar inte att varje patient måste möta en psykolog. Om patienten har något stort psykologiskt problem, ska hon/han naturligtvis träffa en psykolog. Men det viktiga, enligt John Weinman, är att alla doktorer och sjuksköteskor i sin utbildning också lär sig att hantera och tänka in den psykologiska aspekten i mötet med patienterna. Det är en viktig del i

tillfrisknandet och för kroniskt sjuka en grundläggande aspekt för att leva ett så gott liv som möjligt med sin sjukdom.

I sin forskning använder professor Weinman och hans forskargrupp fem grundläggande frågeställningar. Patienterna får inför sig själva ta ställning till hur de uppfattar vad som händer i deras kropp.

De får svara på frågan om varför detta händer; vad var orsaken?

Som tredje fråga får de besvara hur de ser på vad som händer nu, effekterna av sjukdomen och hur kommer detta att påverka deras liv.

Som nummer fyra får patienterna försöka sätta sig in i tidslinjen; ska detta vara för evigt eller kommer sjukdomen att förändras över tid.

I den femte frågan får patienterna försöka besvara, vad kan jag göra?

- Den enskilde patientens sjukdomsuppfattning varierar, och den påverkar sjukdomsförloppet, säger John Weinman: Vi har i våra studier sett att de patienter som tidigt fått psykologisk hjälp med att hantera sin sjukdom, klarar sig bättre än de som inte fått någon hjälp.

- Det är till exempel vanligt att människor som haft en hjärtinfarkt blir deprimerade. Och här visar forskningen att en deprimerad patient har tre gånger så stort risk att få en ny infarkt, jämfört med den som inte fått en depression.

Det är alltså viktigt att tidigt ringa in en patients sjukdomsuppfattning, förklarar John Weinman. För patienten handlar det om att komma ur ett negativt beteende; en negativ reaktion gör att patienten får svårare med rehabilitering och återhämtande.

I intervjun med John Weinman påpekar han också faran med att patienter med dålig sjukdomsinsikt, riskerar att inte ta den medicin som är nödvändig för till exempel transplanterade, hjärt- och lungsjuka eller patienter med aids.

Rapporter från WHO (världshälsoorganisationen) visar t ex att upp till hälften av alla patienter inte tar sina mediciner på ett rätt sätt.

- Vi har också i våra studier visat att 30 procent av de patienter vi intervjuat, inte tagit sin medicin de sätt de blivit ordinerade, säger John Weinman.

- Här har det psykologiska beteendet tagit över, Dessa patienter förstår inte vad som är viktigt i den behandling de får och reagerar därför inte logiskt.

- Idag är det kanske bara cirka tio procent av läkarkåren som utbildas till att i sin medicinska behandling också försöka förstå sina patients tankar om sin sjukdom. Det är så här i Storbritannien och internationellt.

Men det är en ändring på gång, slutar John Weinman. Vi är nu i början på en integrering av de båda behandlingsfälten, psykologin och kroppen. Det handlar om en biologisk mekanism där vi nu vet att tankarna påverkar kroppen och att en integrering av psykologin med kroppen påverkar sjukdomstillståndet och patientens förmåga att återhämta sig från sin sjukdom,

---

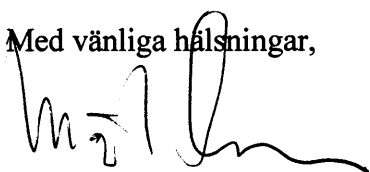
Jag gjorde en lång intervju med John Weinman, på hans arbetsplats, Guy`s Hospital campus i London. Vi diskuterade ingående arbetet där och det internationella arbete som han och hans forskargrupp gör med bland annat grupper i USA, Danmark och Australien.

Min avsikt är att publicera mitt samlade stipendiearbete, främst i form av artiklar. Eftersom artiklarna just nu är under arbete, önskar jag att denna stipendieberättelse inte publiceras på hemsidan.

Jag skickar också med den korrespondens via mejl som jag hade med John Weinman och flygbiljetten till London i original.

Vill också tacka Publicistklubben för att ni gjort det möjligt för mig att arbeta koncentrerat med detta område under en längre period!

Med vänliga hälsningar,



**Birgit Andersson**

Medicinjournalist

Storholmsvägen 134

132 52 Saltsjö-Boo

Tel: 08-715 75 67

Mobil: 0708 – 87 64 28