

# 'Politikerne overser ældre, der har det psykisk dårligt'

AF ANNE RANDBY TOFT, JOURNALIST  
FOTO AF HENRIK PLOUG/RITZAU SCANPIX

Alt for mange ældre har psykiske udfordringer og lidelser som angst, depression og demens. Og alt for ofte er løsningen medicin – i stedet for udredning og psykologhjælp, mener Ældre Sagen, der foreslår gratis psykologhjælp.

Medicin er alt for ofte den nemme løsning, når ældre mennesker har det psykisk dårligt eller ligefrem har en psykisk lidelse. Alt for sjældent bliver ældre udredt og tilbudt psykologhjælp. Og alt for længe har politikerne vendt det blinde øje til ældres psykiske udfordringer.

Sådan lyder det fra Bjarne Hastrup, Ældre Sagens administrerende direktør.

– Man har helt klart overset den store befolkningsgruppe af ældre, der har det psykisk dårligt. Politikerne har ikke tænkt dem ind, man har ikke set, at der var et problem, for de ældre siger ikke selv noget. Men det gør vi, og det er derfor, vi mener, at gratis psykologhjælp er en god løsning, siger Bjarne Hastrup.

Ifølge Ældre Sagen har hver fjerde ældre over 75 år et højt stressniveau. 12%

over 75 år har et dårligt mentalt helbred. Og mens man fra politisk hold har grebet fat i andre befolkningsgrupper, har man "ikke gjort noget for de ældre", som Ældre Sagens direktør udtrykker det.

Derfor har Ældre Sagen i deres finanslovsforslag til politikerne på Christiansborg et forslag om "bedre mental sundhed – mulighed for gratis psykologhjælp". Forslaget bygger bl.a. på de engelske erfaringer fra IAPT-programmet (Improving Access to Psychological Therapies, *red.*), hvor alle briter i de seneste 11 år har kunnet få gratis psykologhjælp til behandling af bl.a. angst og depression.

Den gratis psykologhjælp vil komme alle aldersgrupper til gavn – herunder også de ældre, hvor netop angst, depression og demens er nogle af de hyppigst







forekommende psykiske udfordringer.

Bjarne Hastrup er dog klar i mælet, når han siger, at man skal have fokus på ældres psykiske problemer. Både for at sikre ældres livskvalitet og ret til ordentlig behandling - men også fordi, at der i fremtiden er behov for, at ældre bliver længere på arbejdsmarkedet.

- Specielt i den senere ende af tilværelsen, skal der ikke så meget til, førend man kommer ud af balance med stress, angst og depression - og derfor skal man have adgang til behandling på samme måde, som man har adgang til behandling af fysiske lidelser, siger han.

#### MEDICIN ER DEN NEMME LØSNING

En af de store udfordringer er ifølge Bjarne Hastrup, at der er for mange ældre, der aldrig kommer i nærheden af den rette psykiske diagnose og dermed heller ikke den rigtige behandling. Derfor handler det om, at man ikke bare accepterer, at "man som ældre ofte er lidt konfus", eller at "man godt kan være i dårligt humør, når man kommer op i årene":

- Det hører vi tit. Det er ikke tilfredsstillende. Det, der er tilfredsstillende for os, er, at man går ind og får stillet en diagnose og tilbudt behandling på lige fod med alle andre befolkningsgrupper, siger han og understreger, at det er en menneskeret at få en diagnose, hvis man er syg - uanset om den er fysisk eller psykisk.

- Man skal jo netop ind og skelne de psykiske lidelser fra hinanden. Er det angst, er det en depression, eller er man på vej til at blive dement? Det er utroligt vigtigt for den enkelte, og den måde man behandler på.

På spørgsmålet, om man ligefrem har svigtet ældre mennesker, siger Bjarne Hastrup:

- Jeg synes i hvert fald, mange ældre er fejlbehandlede - de har ikke fået den diagnose, de skal have. Man bør jo ikke give patienter fx antipsykotisk medicin med mindre, der er en fuldstændig klar diagnose, der tilskriver det, og med mindre andre midler ikke har hjulpet. Jeg tror, at problemet er, at hjemmepleje og plejehjem er underbemandede og så vil man godt have "ro på bagsmækken".

Der er jeg bange for, at medicin nogle gange er den nemme løsning.

#### KIG TIL ENGLAND

I England har man siden 2007 kunnet få gratis psykologhjælp, hvis man lider af angst og depression - det såkaldte IAPT-program. Ordningen i England blev indført, fordi beregninger viste, at gratis psykologhjælp ville være en god investering. Programmet bliver fulgt af økonomer fra London School of Economics, og deres beregninger viser, at det ikke bare er en succes for den enkelte, fordi 50% af dem, der får IAPT-behandling bliver raske. Det er også en god samfundsinvestering, fordi briterne i højere grad hjælpes i tide, bliver på arbejdsmarkedet og trækker mindre på sundhedsvæsenet. New Zealand, Holland og Sverige er også gang med forsøg med gratis psykologbehandling efter inspiration fra England.

I Danmark har Danske Regioner i marts fremsat forslag om gratis psykologhjælp til alle danskere efter det engelske forbillede.

Ifølge Ældre Sagen viser resultater fra England også, at effekten af psykologisk behandling af angst og depression hos ældre over 65 år er positiv. 60% af de ældre briter bliver raske efter et behandlingsforløb. Samtidig påpeger Bjarne Hastrup, at forbruget af antipsykotisk medicin på engelske plejehjem er betydeligt lavere end i Danmark.

- Vi kan ikke forstå, hvorfor 20% af beboerne på danske plejehjem - og muligvis også ganske mange ældre i hjemmeplejen - får antipsykotisk medicin. Vi tror, at det skyldes, at ældre ikke får den behandling, de skal have. Vores mål er, at antipsykotisk medicin til ældre skal nedtrappes markant. I England er det kun 8% af de ældre på plejehjem, der får antipsykotisk medicin - og så forskellige er vi da ikke?, påpeger Bjarne Hastrup.

#### ÆLDRE SKAL BLIVE LÆNGERE

##### I ARBEJDSTØJET

Gevinsterne ved at indføre gratis psykologhjælp i Danmark er mange, mener Ældre Sagens direktør. For det første vil

det give ældre og de pårørende bedre livskvalitet, og ældre vil få mindre medicin. Samtidig vil der være en økonomisk gevinst for de offentlige kasser.

- En hel del ældre vil kunne blive længere på arbejdsmarkedet, og det får vi brug for i fremtiden. De bliver ikke, hvis de har en ubehandlet psykisk lidelse - så trækker de sig tværtimod tidligere. Det samme gælder pårørende. Hvis mor, far eller svigermor er syge og ikke får ordentlig behandling, så risikerer vi også, at de pårørende trækker sig fra arbejdsmarkedet, siger Bjarne Hastrup og påpeger, at der derudover kan spares på hospitalsindlæggelser, ligesom man ofte vil kunne udskyde tidspunktet for, hvornår den ældre får brug for en plejehjemsplads.

- Mennesker, der er ubehandlede, ryger ind og ud af hospitalerne. Og det er værd at huske på, at når vi taler om ældre, så skal der ikke så meget til at slå benene væk under et svækket ældre menneske - og så skal man på plejehjem og have omfattende pleje og behandling. Og så bliver det meget hurtigt meget dyrt. Det er alt det, vi skal undgå. ●

#### ÆLDRES PSYKISKE HELBRED

Ældre Sagen foreslår, at der på Finansloven 2019 afsættes midler til en ordning med gratis psykologhjælp - evt. i første omgang som en forsøgsordning. Ordningen vil være relevant for alle - herunder også den ældre del af befolkningen.

En ud af fire ældre over 75 år oplever at have et højt stress-niveau.

12% af de ældre har et dårligt mentalt helbred.

Angst, depression og demens er de hyppigst forekommende psykiske problemer hos ældre.

Resultater fra England (IAPT) viser, at effekten af psykologisk behandling af angst og depression blandt ældre over 65 år er særligt positive - 60% bliver raske efter et behandlingsforløb.

*Kilde: Ældre Sagen*