

'I er hermed udnævnt til lægens medhjælpere'

I de sidste fem år har Henrik Thiesen med SundhedsTeam holdt kurser i overdosisforebyggelse for stofbrugere og personale i miljøet for at lære dem at være med til at reducere antallet af dødelige forgiftninger og skadevirkninger. STOF er taget med på kursus efter RED LIV-projektet i SundhedsTeam har fået satspuljemidler til at forsætte tre år yderligere.

AF BIRGITTE ELLEMANN HÖEGH · FOTO: HELGA THEILGAARD

'Tak, fordi I kunne komme. Jeg er hjemløselæge og vil gerne lære jer, hvordan man kan behandle en overdosis med en næsespray,' siger Henrik Thiesen til de fire kursister, der er dukket op på Ambulatoriet i Clas-sensgade. Tre stofbrugere og en ansat i ambulatoriet. Der er kaffe på kanden, småkager og chipsstænger i skåle, en flipover med det undervisningsmateriale, de skal gennemgå, blå tasker med Naloxon-kit på bordet og en plastikdukke på gulvet.

'En næstespray!' gentager Lennart, som er en af deltagerne i huset og kendt for sit snakketøj.

'Ja, det er det, der er det geniale ved det her. Man kan dybest set ikke bruge det forkert,' siger Henrik Thiesen. Han sidder på en stol lidt i baggrunden og introducerer kurset, mens sygeplejerske Marian Jørgensen står parat for at tage over. Det er hende, der instruerer deltagerne i, hvordan man gør. Hun er blevet ansat af Københavns Kommune og SundhedsTeam til at køre kurserne, og Henrik Thiesen, der er overlæge i SundhedsTeam, er med, da der skal være en læge til stede, fordi stoffet Naloxon, som man behandler overdosis med, er receptpligtigt.

'Jeg indskriver jer som mine hjælpere, og dem har vi snart 600 af,' forklarer han.



Deltagerne udfylder en seddel med navn og cpr-nummer, der bagefter ryger ind i SundhedsTeams register over alle deres hjælpere.

'Og det er Marian,' siger han og giver ordet til Marian Jørgensen. Hun spørger, om nogle af kursisterne har prøvet en overdosis før.

Det er der. Æn har prøvet det to gange, hvor en kammerat hjalp ham. To andre har selv hjulpet nogle venner til live. Gået rundt med dem og holdt dem i gang indtil ambulancen kom.

'Okay – så ved I godt, hvordan et menneske, der har fået en overdosis, ser ud,' konstaterer hun.

Der kommer forskellige bud fra deltagerne: Skum om munden, fråde om munden, nogle er bevidstløse, blå læber ...

'Jeg har set en del i fængslet,' siger Lennart.

'Jeg så én, der havde taget 300 Stesolider,' siger en anden af kursisterne. Han hedder Jan. Mens den sidste kursist, Kim, fortæller, at han selv har spist 700 Stesolider engang. Han er mødt op på kurset i dag, fordi han gerne vil lære at kende forskel på kokain og heroin overdoser, forklarer han med en benhård mine. For at Naloxon kun virker på opioider – det vil sige morfin, heroin og metadon overdoser – ved han godt.

'Hvis du har taget kokain, er du hurtigkørende og får til sidst kramper og bliver psykotisk, men det ser vi ikke, man dør af. Når det er opioider så 'hopper du ud',' siger Henrik Thiesen.

'Jeg synes også, man er nødt til at følge med – det handler om at redde liv. Jeg kommer ikke så meget inde i Istedgade længere, men jeg kender da flere nar-komaner i den ejendom, hvor jeg bor,' siger Jan.

Lennart har oplevet ambulancer nærmest holde for rødt, når de har fået vished om, at de skal ud til en overdosis, så han vil også gerne lære det her.

'Jeg har mistet syv kammerater og to gange har jeg været til stede, hvor nogle kammerater er døde. Der var ikke noget at gøre andet end at gå rundt med dem og give dem koldt vand i hovedet. Så vågner de lige op, og man tænker: 'Godt!' men så viser det sig, at det er som om at det er det sidste batteri, de har i kroppen, og så dør de lige efter,' fortæller han.

Pas på ny skævert

I Ambulatoriet i Classensgade på Østerbro i København kommer der nuværende og tidligere

stofbrugere på substitutionsmedicin fra hele København med den fællesnævner, at de har været i miljøet i en del år. Det er ældre stofbrugere med mange års erfaring – og overlevelse. Lennart er 51 år og formulerer det sådan her:

'Da jeg startede for 30 år siden, havde jeg masser af venner. Nogle er døde af alderdom andre af overdosis. Så jeg er den ældste her på værestedet, og vi kan ikke med de unge. De har ikke den erfaring og viden, som vi har, så vi synes jo, de er åndssvage at høre på, når de sidder og 'kloger den'.'

Henrik Thiesen anser netop brugerne af Ambulatoriet i Classensgade som et godt udsnit af deres kernemålgruppe, for de bevæger sig ude i de private hjem, dér hvor de fleste overdosis med døden til følge sker. De seneste dødstal for misbrugere fra Sundhedsstyrelsen viser, at der i 2014 var 50 flere dødsfald end året før (i alt 263 i 2014, *red.*). Derfor mener han, at der er god grund til at udstyre stofbrugere i miljøet med et kit netop til de steder, hvor personalet ikke kan komme dem til undsætning.

'Jeg skal supervisere, således at dem, vi kalder for hjælpere, kan bruge det på en forsvarlig måde, og når de så har gennemgået kurset, og hvis jeg kan se, at de har forstået det og kan gøre det, får de deres underskrift. Det er lidt rituelt, for det er vigtigt for folk at få et håndfast bevis på, at de har været her. I virkeligheden er det nok, at jeg bare har deres cpr-nummer.'

Men hjælperne vil rigtig gerne have et bevis, understreger Marian Jørgensen:

'De får en følelse af stolthed over at kunne noget, og det skal man ikke kimse af. Det er rigtigt vigtigt at vide, at man gør noget i forlængelse af en læge. Og når jeg ser de her mennesker i øjnene, når kurset er slut, tænker jeg, at det er det hele værd.'

Marian Jørgensen gennemgår kittet for dagens kursister - viser dem, hvad det indeholder: næsespray, et forstøverhoved, en injektionssprøjte, renseservietter, handsker, en ventilationsmaske og en række papirer til at udfylde og blive instrueret af, hvis man i situation skulle have glemt et par detaljer. Hun starter med at gennemgå proceduren mundtligt.

'Jeg viser det på dukken om lidt,' siger hun til kursisterne.

'På dopen?' siger Lennart.

'På dukken,' gentager Marian Jørgensen og blin-

ker til ham.

–... og så er det vigtigt, at I siger til dem, I hjælper, at de ikke skal gå ud og bygge en skævert op igen,’ fortsætter hun og forklarer om Naloxons virkning.

’Den time, hvor Naloxon virker, er man bare vågnet op og er i balance. Men man har det ikke særlig godt i forhold til den skævert, man kommer fra. Man har svævet rundt højt oppe, og så bliver man stabiliseret i en times tid og mister rus. Så mange går ud og tager et nyt stof, og så er det, det går galt, for de har stadig noget af det gamle stof i kroppen,’ fortæller hun.

Henrik Thiesen har ved kursets begyndelse gjort sig umage for at understrege over for deltagerne, at de intet ansvar har i forhold til, hvordan det går den stofbruger, de hjælper:

’Om I så kommer til at give det hele i et næsebor eller vedkommende ikke vågner op. Men I har mulighed for at handle, i stedet for bare at gå forbi. Går I i panik og sprøjter det ud i luften, har I ikke mere ansvar. Ansvar er mit,’ siger han og fortæller derefter

om fordelene ved en næsespray frem for at give stofbrugerne stoffet i en sprøjte, som man gør i ambulance-tjenesten og på mange hospitaler.

’I næsespræyen får de Naloxon lidt ad gangen og vågner langsomt op, som når man vågner op i sengen derhjemme. Får man det i et hug i en sprøjte, er det som at falde ud fra den øverste køje og vågne – BANG – lige inden man rammer gulvet.’

Hallå, hallå, er du der

Marian Jørgensen sætter sig ned på gulvet med kursisterne og begynder at demonstrere, hvordan det foregår i praksis. Hun kan tage dukkens ansigt af, så hver kursist får et friskt ansigt at håndtere:

’Man starter med at smertepåvirke patienten for at finde ud af, om brugeren er ved bevidsthed ved at dreje en kno rundt i brystkassen. Så anråber man patienten: ‘Halååå, halååå, er du der’. Svarer vedkommende ikke, skal man få fat i nogle mennesker omkring sig og få dem til at ringe efter en ambulance. For det er vigtigt, at I ikke står alene med brugeren.





Mere om Red Liv:

Sundhedsrummet under Københavns Kommune indledte et overdosis-pilotprojekt i 2010 på foranledning af en henvendelse fra BrugerForeningen. De havde i nogle år været bekendt med, at man i en række andre storbyer i Europa samt i USA havde uddannet et korps af stofbrugere i overdosisforebyggelse ved hjælp af det morfinblokerende stof Naloxon til stofmiljøet med gode resultater. Sundhedsrummet uddannede omkring 28 hjælpere gennem BrugerForeningens aktivistgruppe, og nu fem år efter, hvor kurset er overgået til SundhedsTeam – også under Københavns Kommune – står de færdige med en rapport, som kommer på gaden i januar, og har desuden fået satspuljemidler til at køre den koordinerende del af projektet videre i yderligere tre år. Projektet kalder de 'Red liv' og det bliver kørt i fællesskab med Odense og Aarhus Kommune samt i KABS. Samlet har de nu uddannet 584 hjælpere samt 80 trænere, der kan tage ud og uddanne flere hjælpere. Det eneste krav er, at der skal være en læge til stede, der delegerer Naloxon-kittet på de varmestuer, væresteder, forsorgshjem og ambulatorier, som holder kurserne.

Vedkommende skal ses af en ambulancelæge også. Derefter går man i gang med selve behandlingen,' siger hun.

Tasken åbnes, der skrues en lille forstøver-hat på ampullen med de fem doser. Man lægger en maske over ansigtet, så man ikke berører munden, putter en dosis Naloxon i hvert næsebor, blæser luft i munden efter 'mund-til-mund-metoden' gennem to minutter. Giver en dosis mere i hvert næsebor. Blæser yderligere luft i munden i to minutter, skruer hatten af ampullen og en kanyle på, for at slutte med at give den sidste dosis i lårmusklen i benet.

'Og hvis der ikke er noget ben, så er der en skulder,' siger hun uden at forklare nærmere.

Bagefter viser Marian Jørgensen, hvordan man lægger brugeren i aflåst sideleje. Ofte skal brugerne kaste op, når de vågner. I aflåst sideleje kan de ikke blive kvalt i opkastet.

Så er det kursisternes tur. De er alle sammen ret gode til det og fjurrer kun en smule undervejs. Til gængæld har de masser af bemærkninger.

'Hvor langt skal det op?' spørger Jan.

'Det skal bare op i næsen. Det er lige som at sniffe coke!' siger Henrik Thiesen.

'Ja, ja op til bihulen' siger Jan scenevant.

'Hallå, hallå, er du der? Den dør hele tiden,' siger Lennart og rusker lidt i dukken.

'Det der kan jeg ikke. Hvad hvis der er snot?' siger Kim.

'Man kan godt blæse igennem snot,' fortæller Marian Jørgensen.

'Men spørgsmål er, om man vil,' siger Kim og rejser også et spørgsmål om, hvad nu hvis vedkommende rejser sig op og pander ham én.

'Tro mig, det gør man ikke, hvis man har blå læber,' indskyder Henrik Thiesen.

Lennart stiller mange spørgsmål og Kim, der mestendels er stille, mener, at han vil gå nu, hvis der kommer bare ét mere:

'Enten stopper du, eller også går jeg. Alle de side-spørgsmål er totalt latterlige,' siger Jan.

'Det er fordi, jeg lige er kommet ind, og så er jeg ikke så god til at være rolig,' forklarer Lennart.

Da Kim har prøvet at give dukkem Naloxon-kuren smutter han ned i kælderen til de andre af husets brugere – ned til kaffe, cigaretter og lyden af

'There is a house in New Orleans' i højtalerne, for så at komme tilbage ti minutter efter. Senere har han overtøjet på, kigger på sit ur og siger: 'Aftaler', og er udendørs i et kvarters tid.

På skuldrene af evidens

Det samlede kursus er planlagt til at vare en time. Henrik Thiesen og Marian Jørgensen er klar over, at deres kernekursister ikke magter at sidde stille længere tid. De skal holde kursisterne beskæftiget, og det skal gå lidt snapt, ellers falder de fra.

'Vi har jo modeleret det her kursus og de erfaringer fra det kursus, de har i Massachusetts, hvor de har gjort det her i 20 år. Deres anbefalinger af, hvor lang tid det skal være, og hvor mange, der skal deltage, er det udgangspunkt vi har. Så vi står på skuldrene af det, der er lavet. Det er evidensbaseret så godt som evidens nu er funderet,' fortæller Henrik Thiesen om hele baggrunden for kursets opbygning.

Da alle har været igennem øvelserne, hæver Henrik Thiesen stemmen og siger: 'Så er det tid til eksaamensbevis' på en lidt højtidelig facon.

De får et bevis hver, som de lægger ned i deres tasker – ned til blandt andet den seddel, som de har fået at vide, at de skal udfylde, når de har brugt Naloxon-værtøjet. Her skal de krydse en masse felter af i forhold til deres adfærd før, under og efter hændelsen, som Marian Jørgensen får, når de ringer til hende, for at få en nyt sæt. Afrapporteringssedlerne opsamler SundhedsTeam til at blive klogere på forløbenes effekt.

Naloxon-kittet er blevet brugt 40 gange i den tid projektet har været i gang. Det er gået godt i alle 40 tilfælde og betyder helt konkret, at projektet har reddet 40 menneskers liv. Det er SundhedsTeam godt tilfreds med:

'Det er jo ikke alle, der har deres tasker på sig hele tiden. Selve tasken fylder for nogle rigtig meget nede i deres egen taske. Nogle glemmer det, nogen har smidt det væk, nogen har fået det taget på et behandlingssted. Og så er en del af dem, vi uddanner, jo også stofpåvirket det meste af tiden, skal man huske på,' siger Henrik Thiesen.

Et sæt koster 420 kroner, mens det sammenlagt med uddannelsesforløb og lønninger i det seneste halvandet år, hvor projektet har været mest aktivt,

løber op på cirka 2.500 kroner per uddannet hjælper i København. De regner med, at det samlede beløb kan komme ned på omkring 1.000 kroner, når alle kurser kører optimalt.

'Hvis man sammenligner med, at det koster 400.000 kroner at redde et menneske med en hjer-testarter, så er vores udstyr jo ikke særlig bekosteligt. Kigger man på det folkesundhedsmæssigt, ligger vi faktisk ret billigt. Og så bliver vi nødt til at sætte det ind i en længere sammenhæng med, hvad folk, der overdoserer igen og igen og ikke dør af det og bliver mere og mere skadet, kommer til at koste i sundhedsudgifter i det meget korte og elendige liv, de lever,' tilføjer han.

'I er hermed udnævnt til lægens medhjælper,' siger Henrik Thiesen nu.

'Det var faktisk meget sjovt' siger Kim. Lennart er enig: 'Tip top kursus,' siger han. Jan er smuttet udendørs igen. Lennart og Kim går ned i kælderen og får sig en kop kaffe med et blå kit og en nyerhvervet t-shirt hvorpå der står: 'Jeg kan redde liv med Naloxon' samt en kasket og en nøglering under armen, og Lennart slutter med at sige:

'Der er mange af mine venner, der kunne have levet nu, hvis jeg havde haft sådan en – desværre. Det irriterer mig ad helvedes til!'

3 hurtige til Thiesen

Har Naloxon misbrugspotentiale?

Henrik Thiesen: 'Det er en antidot, der binder sig rigtigt kraftigt til opioide-receptorerne i hjernen, så de opiater, man har i kroppen, glider bare rundt i kroppen i stedet for at hæfte sig, indtil man har fået omdannet Naloxon. Virkningen indtræder meget hurtigt, når det gives til en overdoseramt, og vejrtrækningen genoprettes. Der er ikke noget at hente i Naloxon, det har ingen aktiv komponent overhovedet.'

Bør Naloxon være tilgængeligt i håndkøb?

Henrik Thiesen: 'Det kunne være rart, at det kunne gøres nemmere. Men det er lidt dobbelt, for hvis vi tager ordinationen væk og gør det til håndkøbsmedicin, bliver vi stadig nødt til at fortsætte med at holde kurser for stofbrugere, for de går ikke hen og køber

det. Og når vi holder kurser, får vi også snakket med folk og gjort dem mere bevidst om, hvad det er for noget. Vi ser det som en god måde at have 'sundheds-samtaler' med folk i en setting, hvor de ikke samtidig skal tale om substitutionsmedicin. Desuden ved vi godt, hvad for nogle stofbrugere, der behandler flest, det er sådan nogle som den gruppe der var på kursus i dag (lidt ældre, stabile stofbrugere, *red.*), så vi bliver også nødt til at fokusere på dem. Men der er også nye målgrupper, der selv henvender sig til vores kurser. For eksempel ved det nye stofrum på Halmtorvet 17 i København, hvor vi har fået henvendelser fra naboerne, som også gerne vil have viden om, hvad der sker, når folk tager stoffer. Her er outcommet desuden også, at deres forhold til stofbrugerne bliver bedre, fordi de får afmystificeret nogle forhold ret effektivt.'

Kan Naloxon få samme effekt som fortrydelsespiller? Kan man som stofbruger køre til grænsen med sit stof, hvis man er sammen med en anden stofbruger, der har Naloxon på sig, og man ved, at der i yderste tilfælde er hjælp at hente?

Henrik Thiesen: 'Det har vi ikke kunnet se i den viden, der er samlet.'

Marian Jørgensen: 'Der er jo ikke nogen, der synes, det har været sjovt at få Naloxon. Jeg tror ikke på, at der er nogen, der vil tage for meget for at afprøve, om det nu virker. De ved jo godt, at de får en times tid, hvor de ikke har det specielt godt, når deres skævert er væk, og det er der ikke mange der går efter. Jeg tror ikke på det. Det man har taget for meget af, forsvinder virkningen jo af, så det er jo en dyr skævert.'

Henrik Thiesen: 'Det er i hvert fald ikke en bivirkningsfri fortrydelsespille, og det er dårlig økonomi.' ■



BEVAR NETSTOF.DK

Netstof.dk er et landsdækkende tilbud til unge med information, rådgivning og debat om alkohol, hash og andre stoffer og oversigt over offentlige tilbud i hele landet til unge med rusmiddelproblematikker. Tonen er uden løftede pegefingre, man kan være anonym og gå til sitet fra alle digitale platforme.

Siden 2012 har netstof.dk været et projekt under Socialstyrelsen, men fra januar 2016 skal hjemmesiden finansieres via en abonnementsordning blandt de deltagende kommuner for at kunne fortsætte.

En succeshistorie

I projektets første år var der rundt regnet 50.000 unikke besøgende på netstof.dk. - det tal er fordoblet til over 100.000 i 2015.

Netstof.dk er unik – lad ikke siden gå i sort

Det er ressourcekrævende at oprette, vedligeholde og udvikle en så omfattende platform og det ville være svært for kommunerne at skabe noget lignende lokalt, hvis sitet forsvinder. Det hører vi fra medlemmer i både store og små kommuner, som er bekymrede for sitets fremtid.

Hvad får kommunen og hvad koster det?

- I sikrer, at unge får adgang til objektiv og faglig information, når de søger viden på nettet
- I får et billigt, fagligt kvalificeret digitalt informations- og rådgivningstilbud
- I kan bruge netstof.dk i forebyggelsen, til undervisning og digital rådgivning af unge
- I sparer tid på at svare på skolespørgsmål om rusmidler
- I lever op til KLs anbefaling om tidlig opsporing, synlighed og øget tilgængelighed for målgruppen

Vil du vide mere?

Tilmeld kommunen og få tilsendt en abonnementsaftale via formularen på: www.netstof.dk/tegn-abonnement - det koster 10.000 kr. årligt at være med, dog 20.000 kr. for landets fire største kommuner.

Find mere information på: www.netstof.dk/kommuner eller skriv til: info@netstof.dk

Se, hvilke kommuner, der allerede støtter netstof.dk på: www.netstof.dk/medlemskommuner