

Kvinder i behandling for afhængighed

Kvinder, som drikker eller tager stoffer, har brug for at få deres selvværd igen og for at finde glæden ved livet igen. Det har i over 25 år været udgangspunktet for forfatteren til denne artikel, som arbejder efter Minnesota-modellen.



AF GUDRUN ISLANDI BRAMSEN

I oldtidens Rom var det tilladt at stene en kvinde til døde, hvis hun lugtede af alkohol, fordi man gik ud fra, at kvinden havde været utro. I vores vestlige verden er det heldigvis meget længe siden, at kvinder blev stenet, brændt eller hængt for at

skille sig ud. MEN kvinder der ikke opfører sig efter normen – kvinder, som drikker eller tager stoffer - bliver stadigvæk straffet af samfundet ved en kollektiv fordømmelse, der er langt stærkere end den fordømmelse, som en mand i en tilsvarende situation bliver udsat for. Det er især kvinder, som har mindreårige børn,

der bliver udsat for foragt.

Det er min erfaring, at kvinder generelt er langt dårligere, når de kommer i behandling, end mænd, og at det først og fremmest skyldes, at kvinder tåler alkohol og andre stoffer meget dårligere end mænd både fysisk og psykisk, samt at det er sværere at overtale en kvinde til at gå i behandling. En del mænd kommer i behandling efter 25 – 30 års intensivt druk, men jeg har ikke oplevet én eneste kvinde, som har overlevet så mange års afhængighed. Hovedparten af de kvinder, som jeg i mere end 25 år har været med til at behandle, kommer i behandling efter 5 – 7 års afhængighed.

I denne forbindelse mener jeg også, at man skal være meget opmærksom på det massive drikkeri blandt unge, hvor det ser ud til, at pigerne efterhånden drikker lige så meget som drengene, men tåler det langt dårligere. Især er det problematisk, at unge ofte drikker stærk alkohol, da det tager for lang tid at blive ordentlig fuld i almindeligt øl, som mange unge piger heller ikke kan lide. Massivt drikkeri med blackouts i de unge år kan bane vej for afhængighed, hvis ikke man får hjælp til at ændre den destruktive adfærd og lærer at holde forbruget under kontrol.

På Frederiksberg Centret oplever vi, at langt flere kvinder end mænd har været indlagt på psykiatriske afdelinger med depressioner, inden de kommer i behandling for deres (alkohol)afhængighed hos os. På de behandlingssteder, hvor jeg har arbejdet, har vi modtaget mange af disse patienter. Altid som sidste udvej, for nu var de opgivet af alle andre

- og af SIG SELV. Ofte havde man knap nok talt om alkoholproblemet, og det passede patienten udmærket, for det er lidt finere at have en psykiatrisk diagnose end at få hæftet prædikatet alkoholiker på sig. Flertallet af de kvinder, som kommer i behandling hos os, er ramt af en depression. Alkohol og depressioner følges ofte ad, så derfor er det vores opfattelse, at man ikke kan udrede, hvad der er kommet først, før patienten er blevet ædru og livsduelig igen. Alkohol- og stofafhængige bliver mange steder i samfundet, også på hospitalerne, regnet for andenklasses mennesker, og så opfører de sig derefter.

Mange læger, sygeplejersker og sygehjælpere lægger ikke skjul på, at de oplever alkoholikere som 'besværlige og utaknemmelige patienter, som lyver konstant og prøver at skaffe sig deres stof på alle tænkelige måder'. Dette er jo rigtigt! Det er en del af sygdommen, som man udmærket kender både på hospitalerne og i resten af samfundet – afhængighed findes i alle samfundsgrupper.

Ændrede drikkemønstre

Vores bedstemødre, som måske drak i smug bag hjemmets beskyttende gardiner, havde tilsyneladende patient på at have dårlige 'nerver', som de så kunne medicinere ved hjælp af portvin, sherry og lægens opskrift på at kurere disse sarte, nervøse tilstande. Hvis fru en i huset var indisponeret, kunne det altid bortforklares med 'nerverne' eller en voldsom hovedpine.

Ligestilling mellem kønnene er nok mest udbredt i den generation, der i dag er i 30-40-års alderen, og eftersom meget tid tilbringes blandt kolleger, samarbejdspartnere o.l., er det i dag sværere at skjule et stort alkoholforbrug. Alkohol lugter gennem vores porer i huden, selv når man lige har været i bad. Det har kvinden måske fået nogle kommentarer om fra en veninde eller kollegaer, så hun finder en løsning på problemet: I stedet for at drikke om



YOUR MOM WASN'T YOUR DAD'S FIRST

He went out. He got two numbers in the same night. He drank cocktails. But they were whisky cocktails. Made with Canadian Club® Served in a rocks glass. They tasted good. They were effortless. **DAMN RIGHT YOUR DAD DRANK IT**



Canadian Club



morgenen tager hun en beroligende pille, som kan blive til flere i løbet af arbejdsdagen. Piller lugter ikke, og de gemmes nemt i en lomme eller i håndtasken. Når kvinden så kommer hjem fra arbejde, kan hun tage sig den drink, som hun har længtes efter, hvis alkohol er hendes foretrukne stof.

I midten af tresserne ændrede danskernes drikkevaner sig ret meget i løbet af kort tid. Nu blev den øldrikkende nation præsenteret for 'den med tyren' og Irma-Olsens papvine. Reklamer som: 'Tag en flaske vin med hjem til konen, også om onsdagen' var sagen, og det danske folk omfavnede dette spændende nye med glæde.

For den alkoholafhængige kvinde, eller hende som var på vej til at blive det, blev papvinen lykken. Ingen klirrende flasker, som naboerne kunne høre, eller som manden eller børnene kunne se var tomme. Efter at papkartonen var tømt, kunne den bukkes sammen, så den ikke fyldte noget i skraldespanden. Det blev også mere og mere

almindeligt, at et par delte en flaske vin til aftenmaden. Ren dansk hygge, som vi holder så meget af, men som også giver os førertrøjen mht alkoholforbrug når man sammenligner med andre (især nordiske) lande.¹

Undersøgelser viser, at der bliver drukket langt mest blandt de velhavende og veluddannede.² De 'unge, rige og smukke' kommer ikke på de offentlige ambulatorier eller kommunens andre tilbud, og det gør de 'gamle, rige og engang smukke' heller ikke, for de vil ikke afsløres offentligt. Men rigtig mange af dem er alkohol-/stofafhængige og har samme ret til et værdigt liv som alle andre. Der er bare ikke noget værdigt ved at være kemisk afhængig, selvom man har penge nok. Facaden er måske fin, men den menneskelige tragedie indenfor i de fine hjem er lige så forfærdelig, som den er i de fattigere.

Der er selvfølgelig den store forskel, at man kan holde livet gående uden at blive kriminel eller behøve at prostituere sig for at skaffe sig penge.

Kvinder på Frederiksberg Centeret

På Frederiksberg Centeret er der fokus på kvinders problematikker i behandlingen. En dag om ugen er patienterne delt op efter køn - i morgengruppen med behandler og siden i den frie gruppe, som patienterne selv styrer. Her bliver der lukket op for alle de ting, som kvinderne ikke vil tale om, når der er mænd tilstede.

De taler om alt fra deres barndomsoplevelser af vold i hjemmet, som de selv har videreført ved at falde for 'spændende' voldelige mænd, 'de slemme drenge', som de er tiltrukket af, fordi det giver en form for tryghed at være i det mønster, de kender. De taler om voldtægt, som de nogle gange har forsøgt at anmelde uden at blive taget alvorligt. De taler om mænd, som forlader dem, og om værtshusene, hvor de kun tager hen for at fornemme lidt menneskelig varme. De taler om at vågne op i en lejlighed, som de ikke genkender, ved siden af en mand, som de ikke husker, at de er gået hjem med - eller at vågne et fremmed sted og have tisset i bukserne. De taler om fysisk og psykisk vold, om at blive brugt som boksebold - om at tage ham tilbage gang på gang, for tanken om ensomheden er værre, og de taler om børnene, som ikke vil have noget med dem at gøre længere. De taler om kvindesygdomme og om uønskede graviditeter. Om den abort, de fik i ungdommen, og det dårlige forhold til moderen. De taler også om incest og om besøg i hjemmet af mange 'onkler' - og om stedfædre, som har tævet dem og befamlet dem, når moderen ikke var til stede. De taler om at løbe hjemmefra som 15-årige eller blive anbragt i pleje, hvor de også fik tæv. Mest af alt taler de om ydmygelserne og skammen ved at leve, som de har gjort i flere år, om selvværdet, som er forsvundet, og om den gennemsyrende ensomhed og følelsesløshed, som de er så bange for.

Behandling af kvinder

Behandlingen på Frederiksberg Centeret varer normalt i 6 uger, hvor patienterne møder hver dag, også på helligdage, som meget ofte er svære for patienterne at komme igennem, for det er den tid, hvor andre har det dejligt med familie og venner omkring sig. Efterfølgende er der 8 måneders efterbehandling, hvor de mødes med en behandler en aften om ugen. Der er både mandlige og kvindelige (minnesota-uddannede) behandlere på centeret, i øjeblikket er der flest kvinder. Hvis de selv har drukket eller taget andre stoffer, så kræver vi mange års ædruelighed. I en behandling er det MEGET vigtigt, at behandlerne selv har et stabilt bagland, for ellers kan de ikke koncentrere sig om patienterne. Hele personalet får supervision af en psykolog, som er uddannet til at behandle kriser. Personalet skal også fungere godt sammen, så der lægges meget vægt på en god stemning. De ansatte har selvfølgelig forskellige personligheder, men samme respekt for deres patienter. Når en patient kommer i behandling, bliver det vurderet, hvilken behandler netop denne patient har brug for. Er patienten en kvinde, som har været i voldelige forhold, er det naturligt, at hun får en kvindelig behandler. Vores patienter kommer fra alle sociale samfundslag, og det er fantastisk at se, hvor godt dette fungerer. Der er kommet mange dybe venskaber mellem mennesker, som nok aldrig havde mødt hinanden, hvis de ikke havde været i behandling.

Det er min erfaring, at det er sværere at behandle kvinder end mænd. Kvindernes benægtelse og skam er meget større end mændenes, og derfor udsender de nogle signaler, som kan være meget vanskelige at tyde, medmindre man kender disse signaler godt. En kvinde kan sige ja og amen til alt, hvad der bliver sagt til hende og smile sødt imens. Indeni syder hun af raseri og frustration, men er ofte opdraget til at være den 'pæne' pige. Det

kan være svært, at komme helt ind på livet af denne kvinde og vinde hendes tillid, så behandleren kan begynde at samarbejde med hende og få hende til at lukke op for muligheden for at tale om al den smerte, som hun føler. Jeg oplever, at mænd generelt er dårligere til at tale om følelser end kvinder, men det er måske fordi de ikke er vant til det? Når en mand først har accepteret at gå i behandling, er han næsten altid mere ligefrem. Han gemmer sig ikke bag så mange masker, og han har ikke nær den skamfølelse, som kvinden har.

Nu tror nogle måske, at der er en trykket stemning på et behandlingscenter - men det er ikke tilfældet. Patienterne morer sig meget sammen og nyder at kunne fortælle hinanden vanvittige historier om deres egen opførsel. For mange er det jo første gang, at de er sammen med mennesker, som er i samme båd, og som forstår, hvad de taler om. Der er naturligvis også megen gråd, forløsende gråd, efter at en patient har haft mod til at fortælle om dybt begravede ting under opvæksten eller senere i livet, og knuden inde i dem begynder at opløses.

Behandlingen går ud på, at alle kan få deres selvværd igen og komme til at leve et værdigt liv, hvor de kan finde glæden ved livet igen. Det er klart, at selve behandlingsdelen kun kan opfylde nogle af disse behov. Derfor er der også tre obligatoriske AA-møder om ugen i den tid, behandlingen og de mange måneders efterbehandling varer. Der kan kvinderne vælge at gå til rene kvindemøder.

Hvis behandlerne skønner, at en kvinde selv efter tre måneders behandling - som hun kun får, hvis hun er meget dårlig og typisk har været afhængig af piller i mange år - og efter mange enesamtaler med en terapeut stadig trænger til mere hjælp, så bliver hun henvist til en specialist i kvindeproblematikker, der i samarbejde med hendes læge, som jo normalt er den, der har udskrevet alle disse piller, aftaler en afgiftningsplan. Det kan tage både et



halvt og et helt år at afgifte en kvinde, som har taget piller i årevis. Hvis det ikke gøres ordentligt, kan kvinden få abstinenskramper og konstante tilbagefald. Vi samarbejder også med kvindelige behandlere, som er specialister i seksuelle overgreb og incest. De er fra den private sektor, men hvis vi havde fundet specialister i det offentlige system, som vi synes var lige så dygtige, så ville vi med glæde samarbejde med dem.

Skal vi have rene kvindebehandlinger?

Hvis ren kvindebehandling kan hjælpe kvinderne til at søge behandling tidligere eller i det hele taget, så er det bestemt værdt at forsøge. Dog vil jeg nævne, at de resultater fra Betty Ford-behandlingen i USA jeg er bekendt med, ikke viste mærkbare forskelle i forhold til, om behandlingen var kønsopdelt eller ej.³

Der vil ofte ske det, at kvinderne, som alle er vrede og hudløse, når de kommer i behandling, begynder at måle sig med hinanden og kan komme ud i store verbale slagsmål, som ville blive afværget, hvis der også var mænd til stede i behandlingen. Det kan være en bedre løsning at sikre kvindelige behandlere til dem, der ønsker det, samt at optrappe kvindedelen af behandlingen, så kvinderne får mere tid i kvindegrupper. Der er i forvejen foredrag om kvinders sygdomme og specielle behov, men også den del kan og skal gøres endnu bedre.

Det er vigtigt, at kvinderne lærer at omgås mænd på en naturlig måde og arbejde på at blive fri for deres frygt eller vrede mod mænd, idet mænd i behandling jo er ædru og derfor ikke reagerer voldeligt. Mange af de mænd, som kommer i behandling, har under indflydelse af alkohol m.v. tævet både koner og kærestes samt andre mænd, som de følte sig provokeret af, sønder og sammen. Når de først er blevet helt ædru, har jeg aldrig oplevet en mand, som er gået amok i behandlingsperioden. De bruger måske flere bandeord og har store armbevægelser, men det er et spil for galleriet. Vi har også haft

vores andel af sociopater og enkelte psykopater i behandling, men deres metoder er meget mere udspekulerede end grov vold.

Mennesker omkring den afhængige

Da mange kvinder har børn hjemme, som optager en stor del af deres tanker, er det oplagt, at de kvinder, som har helbred til det, kan komme i en ambulans behandling, hvor de kan komme hjem hver dag. Det har også den store fordel, at de hver dag skal leve i nuet. De skal gå forbi alle de steder, hvor man kan købe alkohol, og det er rigtig mange steder, og de skal forholde sig til alle de små og store problemer, som en almindelig hverdag byder på.

Samtidig med, at kvinden er i behandling, skal alle de nærmeste familiemedlemmer tilbydes en familiebehandling. Kvindens afhængighed påvirker først og fremmest hendes børn og mand, hvis han vælger at blive hos hende. Men også gamle forældre, søskende og meget nære venner, vil være så påvirkede af denne sygdom, at de adopterer den og risikerer at få både psykiske og fysiske problemer. Voksne kan dog altid vælge at distancere sig fra den afhængige, men mindreårige børn kan ikke vælge den udvej.

Efter behandlingen

Andre, meget mere skadede kvinder, som er helt uden et socialt netværk, skal have andre tilbud. De skal være på et døgnbehandlingssted og derefter sluses ud til et af de halvvejs-huse, som der endnu ikke findes så mange af for alkoholikere her i Danmark. Minnesota-behandlingscenteret Tjele har dog to halvvejs-huse, blandet for mænd og kvinder, og de fungerer virkelig godt for de alkoholikere, som er mest socialt udsatte.

I et halvvejs-hus kan kvinderne bo i op til flere måneder sammen med andre i samme situation. Der bor altid en behandler i huset, der er regler og husorden, og kvinderne

skal selv lave mad og gøre rent, så de stille og roligt kan opbygge en ny tilværelse for sig selv. Sagsbehandlere kan hjælpe med at søge bolig og komme i gang på arbejdsmarkedet, men hele meningen er, at de efter 3, 6 eller 12 måneder skal kunne tage ansvar for deres eget liv. Det kunne være en stor menneskelig og økonomisk gevinst for kommunerne at tilbyde nogle arbejdspladser et økonomisk vederlag fx i form af løntilskud, hvis de tilbyder en eller flere af disse kvinder et skånejob til at begynde med. Efterhånden som kvinderne bliver stærkere og får mere og mere styr på deres liv, samtidig med at de opbygger et socialt netværk, vil mange af dem kunne arbejde mere og ende med at fungere på lige fod med alle andre i samfundet.

Dette er ikke bare en drømmetanke. Jeg har set mange mennesker, som har været helt nede på bunden, rejse sig og få deres værdighed som ydende samfundsborgere igen.

Men det tager tid, og det kræver samfundets hjælp og forståelse. Den hjælp, som samfundet yder til disse udsatte mennesker, bliver tilbagebetalt mange gange: Eftersom disse kvinder opbygger et godt helbred igen, vil de belaste sundhedsvæsenet mindre, og færre får behov for førtidspension. ■

NOTER

- 1 Folkesundhedsrapporten, Danmark 2007. Statens Institut for Folkesundhed. www.sifolkesundhed.dk. Den offentlige indsats på alkoholområdet. Indenrigs- & Sundhedsministeriet, Amtsrådsforeningen. 2002. www.im.dk.
- 2 Folkesundhedsrapporten, Danmark 2007. Statens Institut for Folkesundhed. www.sifolkesundhed.dk.
- 3 Betty Ford Center åbnede i Californien i 1982. Centret er opkaldt efter forhenværende præsidentfrue, Betty Ford, som i 1978 gik i behandling for sin alkohol- og medicin-afhængighed, og dermed blev rollemodel for mange amerikanske kvinder. Jeg har selv besøgt centret professionelt for at få indsigt i stedets arbejde.