



STOF er et fagligt tidsskrift, der skrives af og til fagpersoner på rusmiddelområdet. Men vi vil også gerne give stemme til dem, det hele handler om – nemlig rusmiddelbrugerne – og give deres indsigt og perspektiv vægt i bladet. I serien 'På egen krop og sjæl' interviewer vi mennesker, som fortæller om deres erfaringer med alkohol eller stoffer og om deres perspektiv på den hjælp, de har mødt eller manglet.

Kunne du tænke dig at være hovedperson i 'På egen krop og sjæl', eller kender du en anden, hvis erfaringer og perspektiver du synes, skal deles i STOF, så skriv til stof@crf.au.dk

PÅ EGEN KROP OG SJÆL –
RUSMIDDELBRUGERES ERFARING OG PERSPEKTIV

Asta-Maries brug af rusmidler eskalerede i psykiatrien, da hun var kun 14 år

Som 14-årig blev Asta-Marie Lyager indlagt i psykiatrien med depression og blev medicineret med antidepressiva og benzodiazepiner på højeste voksendosis. Det medvirkede til at eskalere hendes brug af rusmidler fra alkohol og cannabis til afhængighed af benzodiazepiner og opioider. Først tre år senere mødte hun en rusmiddelbehandler, der kunne hjælpe hende effektivt og varigt ud af rusmiddelproblemerne.

TEKST: MARIANNE BÆKBØL
FOTO: MARIA FONFARA



Marianne Bækbøl er journalist.
Foto: Thomas Arnbo.

Møder du nogensinde Asta-Marie, der til hverdag kaldes Asta, vil det være svært for dig at tro, at hun som teenager havde andre og værre eksistentielle problemer end de fleste andre unge. Hun har let til smil og gestikulerer livligt med hænder og arme for at understrege sine budskaber. Der er livsglæde og energi i øjnene, og hendes krop udstråler vitalitet og styrke. Sådan har det ikke altid været.

Hun har, som hun siger, altid været kvik i hovedet, men seriøse udfordringer i forældrenes parforhold og deres senere brud betød, at de voksnes problemer som regel overskyggede barnet Aastas behov for stimulering og følelse af at betyde noget. Og Asta fortalte ikke nogen om sin situation. Dengang boede familien i København, og Asta blev et af de børn, der hænger ud på Christiania på tidspunkter af dagen, hvor de burde være i skole. Hun turede også rundt på Nørrebro. Levede på kanten, som hun kalder det.

”Det var ikke nok for mig, at jeg var god i skolen. Jeg passede mig selv det meste af tiden og følte mig ensom. Følte mig alene med mine tanker om, hvad jeg skulle bruge mit liv til. Jeg havde en masse tanker og drømme, men hvem skulle jeg dele dem med, hvad skulle jeg gøre med dem? Jeg blev vildt deprimeret og begyndte at ryge hash, men det var ikke nok til at slukke smerten. Først da der kom piller (benzodiazepiner) ind i billedet, blev der slukket fuldstændigt.”

Psykiatrisk indlæggelse accelererer forbruget

Asta blev indlagt på psykiatrisk afdeling som 14-årig. Først på akutafdelingen og siden på åben psykiatrisk afdeling. Det følte som at være isolationsfængslet, for hun havde ikke sin mobiltelefon, ingen adgang til sociale medier og kun besøg en gang imellem. Medicinsk behandling med antidepressiva og benzodiazepiner blev sat i gang. Hvor hendes rusmiddelbrug tidligere primært havde bestået af alkohol og hash, opdagede hun nu, hvordan benzodiazepiner var et langt mere effektivt våben til at dulme smerten indeni og have det lidt sjovt.

”Derfra eskalerede det rigtig meget. Jeg kom ind og var egentlig bare en skræmt 14-årig, der ikke havde lyst til at være her mere. Mine selvskader

var råb om hjælp: ”Hjælp mig med at håndtere min smerte og mine tusind tanker”. På psykiatrisk afdeling fik jeg i stedet smag for at kunne slukke mig selv. Når jeg fik piller, blev der endelig stille inde i mit hoved.”

Der blev ikke kun slukket for larmen i hovedet ved hendes møde med benzodiazepiner. Asta opdagede også en anden virkning ved pillerne: Hvis hun bare lå lidt og kæmpede mod søvnen og pillernes bedøvende virkning, fik hun i stedet en fest. Benzodiazepinerne fangede hende ”hundrede procent”, og hun vidste med det samme, at hun skulle ud og have flere. Lidt research på de sociale medier gav hurtigt det ønskede resultat. Det tog ikke mange minutter, før hun fandt nogle lidt ’shady’ typer, der lagde billeder op af de stoffer, de havde til salg, og så kørte det derfra. Så begyndte hun også at eksperimentere med opioider såsom medicinen oxycontin, tramadol og morfin.

Intensiv kontakt med systemet

Den første indlæggelse blev begyndelsen på mange møder med voksne fagpersoner. Hun var løbende i kontakt med kommunale sagsbehandlere, var i behandling i et rusmiddelcenter og i det psykiatriske system med ambulante samtaler. Hun ville gerne stoppe med rusmidlerne, og indimellem klarede hun at holde små pauser, der varede mellem et par dage og en uge, før den indre smerte og trangen til piller igen tog over. I psykiatrien øgede man hendes medicindosis for at nedbringe hendes forbrug af illegale piller. Asta fortæller, at lægerne var rundhændede med medicinen og efterkom hendes ønsker om at skulle have så meget som muligt for at komme så langt væk fra sig selv som muligt.

”Der var 5-7 forskellige instanser og personer sat på mig. I løbet af de tre år, jeg var i misbrug, mødte jeg mange forskellige sagsbehandlere, læger, rusmiddelbehandlere og kontaktpersoner, men det, jeg kæmpede med, var for langt væk fra deres virkelighed og gav dem berøringsangst. De anede ikke, hvad de skulle stille op med mig. **Det hjalp ikke meget at besvare spørgeskemaer og få en diagnose. Jeg fik medicin, men ingen snakkede med mig om, hvordan jeg havde det. Eller om, hvad der egentlig var galt. Selvom jeg gik til en masse samtaler, gjorde ingen rigtig noget. Hver gang jeg talte med nogen, var der et nyt spørgeskema, der skulle udfyldes.** Jeg følte mig ret meget som et nummer, der skulle ekspederes. Som én, der ikke passede ned i deres kasser.”



I de tre år, fra Asta var 14, til hun var 17, hvor hun havde seriøse rusmiddelproblemer, nåede hun at komme omkring psykiatrien i Glostrup, på Bispebjerg Hospital, i Vejle og i Aabenraa. Selvom hun var påvirket under de fleste udredende samtaler i psykiatrien, blev de alligevel gennemført, og hun fik på et tidspunkt diagnosen 'emotional ustabil personlighedsforstyrrelse'. Hun fortæller, at det reelt er ulovligt at diagnosticere, hvis patienten er under påvirkning, fordi billedet af patienten ikke bliver retvisende for dennes reelle sindstilstand. Diagnosen bliver ikke brugt i det psykiatriske system længere nu, og Asta har lagt det kapitel bag sig.

I dag, når hun mere end tre år senere som en engageret tyveårig sidder og fortæller ved bordet i det lyse mødelokale på Kolding Bibliotek, og man ved, at hun netop er startet på andet år af læreruddannelsen, er det svært at tro på, at hun i løbet af de samme tre år nåede at blive smidt ud både fra efterskole og gymnasium på grund af sit forbrug af rusmidler. Men sådan var det. Trods det at hun samtidig var i rusmiddelbehandling og medicineret i psykiatrien.

"Det, der manglede derude, var, at nogen kunne vise mig, at livet kan være smukt, og at det ikke altid behøver at være en kamp for overlevelse. Nogen, der kunne give mig håb om udveje. I det offentlige system mødte jeg aldrig nogen med et håb og en tro på mig. Nogen med ambitioner på mine vegne, som fx sagde: "Du kan godt tage en hf, du kan komme til at elske dig selv, du kan komme til at stå på egne ben." Der er fyldt med velmenende mennesker, men de er maksimalt pressede. De har ikke tid. Først og fremmest er det jo nødvendigt med en relation."

Først efter sin anden psykiatriske indlæggelse til afrusning i december 2019 med nedtrapning på Rivotril og abstinensbehandling med Fenemal fik hun et alternativt tilbud, hun kunne bruge.

To måneders 1:1-afrusning i sommerhus

Hendes daværende kontaktperson havde oplevet Asta slingre rundt den ene dag og den næste smadre sit værelse og delte sin bekymring med sagsbehandleren. Samtidig slog Aastas mor i bordet til et møde og sagde, at nu måtte det være nok. Nu måtte der ske noget andet. Asta måtte have en anden slags hjælp end psykofarmaka. Få dage senere var hun på vej i sommerhus til afrusning under konsulentfirmaet Petersen Consult ved

Jan Petersen, der har specialiseret sig i at arbejde med marginaliserede unge, der ikke har profiteret af andre tilbud. Herunder yder Jan Petersen og hans medarbejdere blandt andet rådgivning og bistand til kommuner og direkte til marginaliserede unge og deres familier. Straks da Asta mødte Jan Petersen, sagde hun ja tak til tilbuddet og blev hentet dagen efter. De næste to måneder var hun den eneste unge i et sommerhus. Det var ren 1:1 dér sammen med en voksen.

"Den første tid var helt skør. At skulle lande på mine ben igen og begynde at 'face' denne her smerte og erkende, at der faktisk er noget til mig ude i verden, var vildt. Men hos Jan Petersen var der nogle mennesker, der kender sproget, man taler derude. Mennesker, der ikke var bange for at snakke om de her ting. Der godt kunne rumme det lort, jeg havde lavet, forstå, hvorfor jeg havde snydt og bedraget, men som også vidste, hvad de talte om, og som kunne sige til mig: "Prøv og hør, Asta, vil du leve eller vil du dø-agtigt?"

Det var folk med egne erfaringer om et liv på kanten, som ikke "bare havde læst en bog" og snakkede om "hvorfor stopper du ikke bare", men vidste, hvor svært det er at komme ud af rusmiddelproblemer. Det gjorde, at hun turde begynde at lære om de mekanismer, der var til stede inden i hende. Hun blev mødt i øjenhøjde af nogle, som vigtigst af alt forstod den smerte, som hun bar på indeni, fordi de selv havde prøvet det. For første gang følte hun, at hun fik den støtte, hun havde brug for. Nogle at tale med. Nogle at ringe til. Nogle at spejle sig i.

Opfølgning, der virkede

Petersen Consult er ikke et bosted, men en forebyggende indsats. Udover afrusningsturene i sommerhus tilbyder konsulenthuset at være et socialt netværk for de unge. En del af tilbagefaldsforebyggelsen består i at arrangere weekender uden rusmidler, hvor de unge kan hygge sig, feste og skabe relationer. Det kom også Asta til gode, da hendes afrusning og sommerophold var overstået, og hun var fri af rusmidler.

"Da jeg sluttede min afrusning, var der ingen rigtig plan om nogen særlig opfølgning. Jeg tog ingen stoffer og drak ingen alkohol, og set udefra gik det godt, men jeg manglede så meget at lære at håndtere både trangen og følelserne. Kommunen tilbød mig en kontaktperson et par timer om ugen, men gud ske lov tog Petersen Consult mig

ind igen. Jeg kom med på 'Krigerweekender', som de kalder det. Vi er nemlig alle sammen krigere, der kæmper for livet. Weekenderne er en kæmpe udfordring for mange, der ikke vil tage stoffer, på grund af den normale fest og ballade. Vi hygger og laver mad sammen. Vi har også været i Lalandia og på wellness-ophold."

Livet er også smukt

Siden tog Asta en hf-eksamen for at blive optaget på lærerseminariet, og hun er som nævnt i gang med andet år. Uddannelsen skal bruges til at give sine erfaringer videre. Hjælpe andre unge på kanten af samfundet. Hun er blevet ansat i Petersen Consult og gennemgår ved siden af lærerstudiet en 6-årig intern mesterlære-uddannelse, hvor hun lærer, hvordan hun bliver en rammesætter, en rollemodel og en konsulent, der kan give unge håb og tro på livet. Sammen med 10-15 andre, der arbejder i firmaet, er Asta med på afrusninger og weekender, og hun løser forskellige praktiske og administrative opgaver på kontoret. Når man spørger, hvorfor hun blev ansat, svarer hun, at det er, fordi hun er en fighter, der har arbejdet hårdt med sig selv. Én, der kender smerten og processen. Og så er hun rimelig skarp, god til at aflæse mennesker og skabe tillid.

Smerte er altså stadig et tema for Asta, men den har fundet nye udtryk. Det er vigtigt at snakke om smerten, at erkende, at den ikke forsvinder, men at det er noget, man skal lære at leve med.

"Jeg har fundet andre måder at komme af med smerte og vildskab på. Og jeg har også fundet noget smukt."