

„Okkar hugmyndafræði hefur ekki rúmast innan kerfisins“

Grænahlið er sérhæft fjölskyldumiðað geðheilbrigðisúrræði fyrir börn og ungmenni á aldrinum 0-25 ára og fjölskyldur þeirra. Lögð er áhersla á snemmtæka íhlutun og byggir meðferðin á nýjustu rannsóknum á áhrifum áfalla á taugaproska, líðan og hegðun barna. Anna María Jónsdóttir, geðlæknir og stofnandi Grænuhliðar, segir mikilvægt að heilbrigðiskerfið fari að horfa í sömu átt varðandi geðheilbrigðisvanda barna

■■■ Kristborg Bóel Steindórsdóttir

Anna María ætlaði sér ekki upphaflega að verða geðlæknir heldur fæðingalæknir. Eftir að hafa unnið á kvennadeildinni komst hún að því að áhuginn lá frekar á andlegri heilsu skjólstaðinganna og í kjölfarið skipti hún um stefnu. „Mér þótti áhugaverðast að tala við konurnar og sá að margar þeirra upplifðu andlega erfiðleika í tengslum við meðgönguna eða upplifðu neikvæða fæðingareynslu. Á þessum tíma var engin sérhæfð geðheilbrigðisþjónusta fyrir akkúrat þennan hóp. Ég sóttist því eftir að vinna hjá Halldóru Ólafsdóttur geðlækni sem sinnti veikustu konunum sem þörfuðust innlagnar á geðdeild Landspítalans. Eftir að ég fór að vinna í geðinu fannst mér það allt svo áhugavert.“

Eftir að hafa svo starfað á Hvíta bandinu með hópmeðferðarform ákvað Anna María að fara í sérnám í hópmeðferð og útskrifaðist sem hópsálgreininir frá Institute of Group Analysis í London árið 2007. Hún starfaði svo á fullorðinsgeðdeildum og einnig í fjögur ár á barna- og unglingadeild ytra og fékk snemma áhuga á forvörnum.

„Hópmeðferðarnámið hafði mikil áhrif á viðhorf mitt til vanda barna og þar var talað um millikynslóðaflutning á geðrænum- og félagslegum vanda sem jók áhuga minn á fjölskyldumiðaðri nálgun. Að minnsta kosti helmingur þeirra sem glíma við geðrænan vanda á fullorðinsárum hafa verið með einhver einkenni fyrir 14 ára aldur og mér

fannst ástæða til að vinna með þá þekkingu. Það sem mér fannst takmarkandi þáttur í geðheilbrigðisþjónustu fyrir börn var skortur á svigrúmi til þess að vinna með foreldrana þó svo að vandi barnanna væri augljós afleiðing af einhverju sem foreldrarnir voru að glíma við. Niðurstöður tímamótarannsóknar um afleiðingar áfalla í æsku sem var birt árið 1998 sýndu fram á að línulegt samband er á milli fjölda áfalla fyrir 18 ára aldur og áhættu á andlegum og líkamlegum sjúkdómum á fullorðinsárum. Rannsóknin hefur verið endurtekin í yfir 40 löndum, meðal annars á Íslandi, og niðurstöður eru mjög sambærilegar á milli landa. Þetta kveikti hjá mér mikinn áhuga og varð innblástur alls þess sem ég hef gert síðan í starfi,“ segir Anna María.

Starfsaldur teymisins rúm 270 ár

Þegar Anna María flutti heim kynntist hún hópi kvenna með svipaða sýn og áhuga á forvörnum. Saman stofnuðu þær Miðstöð foreldra og barna árið 2008 og veittu þjónustu fyrir foreldra á meðgöngu og fyrsta ár eftir fæðingu. Miðstöðin var svo tekin inn í heilsugæsluna árið 2020 og er í dag hluti af Geðheilsu-miðstöð barna.

„Upphaflega hugmyndin var að Miðstöðin myndi þjónusta börn til 18 ára aldurs en fjármagnið leyfði það ekki. Þegar breytingar urðu og starfsemin

flutti til heilsugæslunnar vissi ég að enn væri sama þörf fyrir upphaflegu hugmyndina og var það kveikjan að stofnun Grænuhliðar sem varð svo að veruleika árið 2022,“ segir Anna María en bætir við að dóttir sín, Sólrún Erlingsdóttir, barnasálfræðingur, hafi átt stóran þátt í tilurð Grænuhliðar og starfar hún sem sálfræðingur og framkvæmdastjóri Grænuhliðar í dag.

Sem stendur er Anna María eini geðlæknirinn innan Grænuhliðar en tekur fagnandi á móti fleirum. „Ég auglýsi hér með eftir fleiri geðlæknum, sérstaklega einhverjum sem hafa reynslu af því að vinna með börnum og fjölskyldum. Teymið okkar samanstendur af þrettán frábærum sérfræðingum, við erum með sálfræðinga, iðjuþjálfra, fjölskyldumeðferðarfræðinga, félagsráðgjafa og listmeðferðarfræðing. Þetta er mjög öflugur hópur sem hefur starfað víða í heilbrigðis, barnaverndar- og skólakerfinu og samannlagður starfsaldur hans er rúm 270 ár!“

Anna María segir að nauðsynlegt sé að líta heildrænt á geðheilbrigðisvanda barna og fjölskyldna þeirra. „Þess vegna er þörf á þjónustu eins og veitt er í Grænuhlið, úrræði þar sem hægt er að meðhöndla fjölskyldur í heild, í stað þess að horfa aðeins á líðan eins einstaklings. Víða í heilbrigðisþjónustu er áhersla lögð á að greina og meðhöndla einkenni fremur en rót vandans eins og gert er í Grænuhlið. Þegar barni er vísað til okk-

ar opnast dyrnar fyrir alla fjölskylduna og við leggjum áherslu á að kortleggja vanda barns og fjölskyldunnar í heild. Í sumum tilfellum er gert taugasálfræðilegt mat hjá börnum þegar það er talið viðeigandi og einnig hjá foreldrum ef þörf krefur. Einnig er lyfjameðferð í boði, en það er aldrei eina úrræðið sem beitt er. Við viljum vera með snemmtæk inngríp, en samkvæmt rannsóknum geta slíkar forvarnir sparað upp undir þrítugfaldan kostnað sem annars hlytist af þjónustu í ýmsum þjónustukerfum við þessar fjölskyldur fram að 18 ára aldri barnsins.“

Leitast við að sinna bráðþjónustu sem best

Anna María segir Grænuhlíð leitast við að sinna bráðum erindum sem allra best. „Þegar við erum með einstaklinga í meðferð sem við teljum að þurfi bráða-inngrip eða þéttari eftirfylgd erum við ínáanlegar í síma og bókum aukaviðtöl ef þörf krefur, en það gefur þó auga leið að við erum ekki með vaktþjónustu og getum því ekki lofað því að hitta fólk strax ef eitthvað kemur uppá. Í þeim tilfellum beinum við okkar skjólstæðingum á bráðþjónustu geðdeildar Landspítalans og Barna- og unglingageðdeild og við leggjum okkur fram að vera í góðri samvinnu við þessa þjónustuaðila þannig að okkar skjólstæðingar upplifi eins samfellda þjónustu og mögulegt er.“

Vonast til að ná samningi við Sjúkratryggingar fyrir alla sérfræðinga

Ekki þarf tilvísun frá fagaðila til þess að komast að í þjónustu hjá Grænuhlíð og hægt er að fylla út þjónustubeiðni á heimasíðunni. „Því er um svokallaða lágþröskuldþjónustu að ræða og sem stendur erum við ekki með neina biðlista. Við höfum fengið tilvísanir frá barnavernd, félagsþjónustunni, skólakerfinu, heilsugæslunni og sjálfstætt starfandi sérfræðingum. Allar þjónustubeiðnir eru svo teknar fyrir á fundum þar sem teymið ákveður í sameiningu hver tekur matsviðtal og hvernig málið verður unnið,“ segir Anna María.

Aðeins hluti sérfræðinga Grænuhlíðar er með samning við Sjúkratryggingar. „Við erum með umsókn í gangi um samstarfssamning við Sjúkra-

tryggingar Íslands og vonumst til þess að ná samningi fyrir alla sérfræðinga Grænuhlíðar sem fyrst, þannig að okkar skjólstæðingum sé ekki mismunað eftir því hvaða sérfræðiaðstoð þarf hverju sinni. Það sem hefur skort í kerfinu er skilningur á því að fjölskyldur og börn sem hafa upplifað mikla erfiðleika, oft í langan tíma, þurfa langvarandi inngríp. Ef tengslavandi er til staðar innan fjölskyldunnar verða áhrif áfalls mun meiri. Í slíkum tilfellum þarf oft að byrja á því að styrkja tengslin áður en áfallavinna getur hafist og það hefur skort skilning á því í kerfinu,“ segir Anna María.

„Ég er að fylgja bæði hjartanu og vísindunum“

Aðspurð um stefnu og framtíðarsýn Grænuhlíðar segir Anna María: „Okkar stefna er að halda áfram að efla okkar starfsemi. Það er okkar draumur að allir geti horft í sömu átt varðandi áhrif áfalla og tilfinningatengsla á líðan og taugaþroska barna. Við höfum orðið vör við aukinn áhuga og þekkingu á mikilvægi þessarar nálgunar og myndum vilja sjá heilbrigðis- og skólakerfið meira áfalla- og tengslamiðað.“

Anna María segir vegferðina ekki alltaf hafa verið auðveldar en þó erfiðisins virði: „Ég er að fylgja bæði hjartanu og vísindunum. Árangurinn og viðbrögð okkar skjólstæðinga segja okkur að þetta virki. Þetta hefur verið mikill barningur og er enn. Ég vinn mjög langa daga en

„Ég er að fylgja bæði hjartanu og vísindunum. Árangurinn og viðbrögð okkar skjólstæðinga segja okkur að þetta virki. Þetta hefur verið mikill barningur og er enn.“



Anna María Jónsdóttir, geðlæknir og stofnandi Grænuhlíðar. Mynd/aðsend

á uppkomin börn og get leyft mér það. Auðvitað væri að öllu leyti auðveldara að vinna hjá obinberri stofnun og ég vona svo sannarlega að stjórnvöld átti sig á mikilvægi okkar starfsemi. Það er alls ekki mín hugsjón að vera sjálfstætt starfandi, en það er mín hugsjón að vinna eftir nýjustu þekkingu og vísindum og fylgja nálgun sem hefur sýnt sig að virkar best fyrir skjólstæðingana.

Við myndum gjarnan vera hluti af kerfinu, en okkar hugmyndafræði hefur ekki rúmast innan kerfisins. Það sem gefur okkur styrk til þess að berjast fyrir þessari þjónustu er góður starfsandi í teyminu sem byggir á okkar starfsánægju og þeim árangri sem við sjáum hjá skjólstæðingum okkar. Við erum með fjölskyldur sem hafa verið í barnaverndarkerfinu, geðheilbrigðiskerfinu eða með börn á biðlistum í mörg ár. Þetta er fólk sem upplifir loksins að það sé að fá alla þjónustu á einum stað, sem skiptir sköpum þar sem erfitt er að hendast á milli staða og fá kannski misvísandi skilaboð frá hverjum meðferðaraðila af því þeir eru ekki að tala saman. Í Grænuhlíð er öll þjónusta á sama stað og fólk upplifir öryggi, að það sé gripið.“