



# RUS Nyhetsbrev

## Inledare – Våld mot barn

Nr 4 – Oktober 2006

### I det här numret

- 1 Inledare – Våld mot barn
- 2 Upprustad psykiatri i budget
- 2 Tobaksavvänjning för psykiskt sjuka
- 3 Pris till den kognitiva terapins fader
- 3 Handdatorn – stöd i vardagen
- 4 På gång – viktiga datum
- 4 Till sist – ... om oro

Under bara ett enda år på 2000-talet dör inte mindre än 53 000 barn av våld runt om i världen. Det är våld i vardagen, i skolan och i hemmet.

150 miljoner flickor och 73 miljoner pojkar utsätts under ett år för våldtäkter eller andra former av sexuellt våld. De allra yngsta löper störst risk att utsättas för fysiskt våld, medan sexuellt våld och påtvingad prostitution drabbar de något äldre barnen, främst då flickorna.

Den 11-12 oktober lades en FN-studie fram om våld mot barn. Studien har pågått sedan 2003 och är den första i sitt slag. För första gången har man i en internationell studie av detta slag låtit barn och ungdomar medverka på ett konsekvent och direkt sätt. Deras åsikter har också fått ett tydligt genomslag i studien.

Sverige har också bidragit till studien, bland annat genom utrikesdepartementet, UD, styrelsen för internationellt utvecklingsarbete, Sida och Rädda Barnen. Våld mot barn är omfattande också i vårt land, något annat ska vi inte förledas att tro.

Enligt Brottsförebyggande rådet, BRÅ, ökade misshandelsbrott mot barn i åldern 0-6 år respektive 7-14 år mycket kraftigt under 1990-talet. Ökningstakten för misshandel mot barn i åldern 0-6år avstannade något först under åren 2000 och 2001. År 2001 anmäldes 918 fall av misshandel mot barn i åldern 0-6 år.

Men för barn i åldern 7-14 år ser man inte samma avstannande utveckling. År 2001 anmäldes 6 041 fall av misshandel.

Sexualbrotten mot barn ökade också något i statistiken över anmälda brott 2001. Brotten avser våldtäkter mot barn under 15 år, sexuellt tvång, utnyttjande med mera mot barn under 15 år samt sexuella ofredanden mot barn under 15 år. Tillsammans anmäldes år 2001 2 807 sådana brott, att jämföra med 2 738 året innan. Enbart antalet anmälda brott om våldtäkter mot barn under 15 år ökade från 294 till 327. Det kan tilläggas att antalet anmälda barnpornografibrott under år 2001 också ökade från 239 år 2000 till 368 år 2001.

Det finns inga uppgifter som tyder på att siffrorna har minskat under de senaste åren. Därför är det dags att en gång för alla dra lärdom av dessa siffror.

I dessa tider av ”nollvisioner” måste det här ses som ett högprioriterat område: Alla barn ska ha det bra! Alla barn ska kunna växa upp i trygghet, utvecklas och förverkliga sina drömmar!

Ska det slås ett enda slag till så ska det vara ett slag mot våldet!

## Upprustad psykiatri i budget

Bättre tillgänglighet i vården, upprustad psykiatri och en tandvårdsreform. Det är några av förslagen i den borgerliga alliansens budgetproposition som överlämnades till riksdagen den 16 oktober.

---

*Regeringen föreslår att 500 miljoner kronor avsätts för personer med psykisk sjukdom och psykiska funktionshinder 2007. Under 2008 och 2009 är bedömningen att det behövs 500 miljoner respektive 250 miljoner.*

---

Tillgängligheten till hälso- och sjukvården ska förbättras och dess prestationer och kvalitet ska höjas. Vidare krävs en mer uttalad helhetssyn på patienternas behov.

Regeringen föreslår att 500 miljoner kronor avsätts för personer med psykisk sjukdom och psykiska funktionshinder 2007. Under 2008 och 2009 är bedömningen att det behövs 500 miljoner respektive 250 miljoner.

Regeringen stärker också verksamheten med personliga ombud med 20 miljoner kronor årligen för 2007 och 2008.

Vidare avser regeringen att förbättra stödet till tandvården. Ett förslag kommer att utarbetas som omfattar ett högkostnadsskydd för alla mellan 20 och 64 år och ett införande av en tandvårdscheck som kan användas till exempel ett förebyggande tandvårdsbesök vartannat år.

Regeringen överväger också särskilda riktade insatser för personer som på grund av funktionshinder eller sjukdom har svårt att påverka sin tandstatus och som därför har stora behov av tandvård.

## Tobaksavvänjning för psykiskt sjuka

Rökning är en av de största enskilda hälsoriskerna i världen idag och ett av Världshälsoorganisationens (WHO) mest prioriterade områden. Statistiskt förkortar rökning livet med 6-8 år och ger upp till 20 gånger så hög risk att få hjärt-, kärl- och lungsjukdomar samt ett flertal olika cancerformer.

De viktigaste skälen för att vilja sluta röka är oro för hälsan och att vilja bli fri från beroendet, men ekonomin spelar också in. Att röka en ask kostar ca 35 kronor om dagen eller omkring 13 000 kronor om året.

Omkring sju procent av svenskarna röker. Siffror från USA och Storbritannien tyder på att det är minst dubbelt så vanligt med rökare bland psykiskt sjuka, och allra högst bland patienter med schizofrena syndrom.

Rökning är också en klassfråga. Lägre utbildning och sämre ekonomi ger fler rökare. Man kan säga att det röks mest i den del av befolkningen som har svårast att hantera sjukdomarna och den dåliga ekonomin som följer med rökningen. Dit hör de psykiskt sjuka.

Många psykiskt sjuka är starkt nikotinberoende och storrökare. Två askar per dag är tyvärr inte alltför ovanligt, vilket skapar stora problem med hälsa och ekonomi. Den som lever på folkpensionsnivå – knappt 7 000 kronor i månaden – kan röka upp nästan halva inkomsten. Det kan leda till nedprioritering av andra viktiga behov, t ex av mat, mediciner och kläder.

Idag finns det goda möjligheter att hjälpa rökare som vill sluta. Rökavvänjningsmetoderna inriktas mot de två faktorer som håller fast rökaren i sitt beroende, nikotinberoendet och vanan. För att bryta vanan har stödjande samtal/terapi med beteendearbete visat sig fungera och sådana metoder är allmänt använda.

Nikotinläkemedel (tuggummi, plåster, inhalator, tablett, nässpray) lindrar abstinensen och fördubblar chansen att lyckas sluta röka. På senare år har intresset inriktats mot att hitta andra medel för att lindra nikotin-abstinensen än att tillföra nikotin. Rökning påverkar nivåerna i hjärnan av dopamin, serotonin och noradrenalin. Det är därför inte förvånande att positiva resultat stått att finna inom fältet för antidepressiva medel.

Det antidepressiva medlet Zyban har lanserats i Sverige för rökavvänjning. Det lindrar abstinens och tycks vara ungefär lika effektivt som nikotinläkemedel.

Att sluta röka är en process som ofta tar lång tid och sker stegvis. Omkring tre av fyra som slutar upplever olika former av nikotin-abstinens. Det kan vara ett stort och energikrävande arbete att lära sig hantera livet utan cigaretter. De flesta rökare behöver också många försök innan de blir rökfria för gott.

## Pris till den kognitiva terapins fader

Den kognitiva terapins fader prisas nu för sitt arbete. Aaron T Beck, professor i psykiatri vid universitetet i Pennsylvania, har tilldelats Albert Lasker Award i klinisk medicinsk forskning för år 2006. Ett pris som delats ut oavbrutet i USA sedan 1946.

Han får priset för ”utvecklingen av kognitiv terapi, vilken har förändrat förståelsen och behandlingen av många psykiatriska tillstånd, såsom depression, självmordsbeteende, generaliserad ångest, panikattacker och ätstörningar”.

Aaron Becks banbrytande arbete började på 50-talet när han som färdigutbildad psykoanalytiker försökte att vetenskapligt belägga psykoanalytiska förklaringsmodeller till depression. Enligt Freud skulle depression komma av att patienten riktar undertryckt och omedveten ilska mot sig själv, vilket skulle avslöjas i patientens drömmar.

Beck fann istället att deprimerade patienter inte drömde om ilska, utan snarare om förlust och personlig otillräcklighet. Drömmarna stämde överens med patientens medvetna tankar, som ofta var överdrivna och självkritiska. Han kom fram till att det var sådana överdrivet negativa och självkritiska tankar, inte omedvetna drifter och försvar, som orsakade depressionen. Genom att förändra tankarna kunde också tillståndet påverkas.

## Handdatorn – ett stöd i vardagen

Handi II är ett tids- och planeringshjälpmedel med en handdator som plattform. Den riktar sig till personer med kognitiva funktionshinder, även innefattande psykiska och neuropsykiatriska funktionshinder.

För att öka självständighet och delaktighet kan personer med kognitiva funktionshinder behöva stöd för att hantera abstrakta begrepp och skapa struktur i vardagen. Det gäller särskilt områden som tid och pengar.

Handi kan användas i hemmet, i skolan och på arbetet. Tack vare den talsyntes som ingår får man också ett bra ljudstöd.

Du kan läsa mer om Handi II och handdatorn på: [www.gewa.se](http://www.gewa.se)

---

*Det antidepressiva medlet Zyban har lanserats i Sverige för rökavvänjning. Det lindrar abstinens och tycks vara ungefär lika effektivt som nikotinläkemedel.*

---

## På gång – viktiga datum

RUS förbundsstyrelse har möte på RUS kansli i Örnberg, Stockholm, lördagen den 18 november. Tid: 09.00 – 16.00.

RUS Ungdomscafé, söndagar, 13.00-17.00, Mellanmålet, Döbelnsgatan 24 i Stockholm.

Nästa nummer av RUS Nyhetsbrev kommer sista veckan i november. Vill du bidra med material så skickar du in det senast den 15 november. Enklast och snabbast med e- post till: [osten.hannmyhr@rsmh.se](mailto:osten.hannmyhr@rsmh.se)

## Till sist – ... om oro

Äntligen har det blivit höst. Och ingen borde väl vara lyckligare än jag, men det är jag inte.

Jag känner mig snarare riktigt orolig och det är inte den känsla jag vill ha när hösten kommer. Då ska man kunna kura skymning i lugn och ro. Krypa upp i soffan med en riktigt god bok, en kanna thé och... Nej, vi ska nog inte prata om tilltugget. De som känner mig vet ju att jag borde låta bli tilltugg, i alla dess former.

Det som gör mig orolig är ju att hösten kommer så förbenat sent. Den har kommit så sent de sista åren att det finns klimatforskare som hävdar att september numera borde räknas till sommarmånaderna.

Men min septembermånad ska inte vara någon sommarmånad. I september ska lövträden börja ändra färg, regnet piska mot rutan och snålblåsten bita i kinderna. Men så är det ju inte längre...

Det är klart man blir orolig när det är så här. Det måste ju bero på någonting. Och det finns åtminstone två saker som ställer till det.

I slutet av september var ozonhålet över Antarktis större än någonsin. Det täckte en yta av 27,4 miljoner kvadratkilometer. Den arean motsvarar drygt 60 stycken Sverige. 60 gånger... Tänk er in i det...

Sedan är det ju den där myren i Ryssland. Det är en av världens största myrar. En myr som har legat där snäll och djupfryst i 11 000 år, men nu håller den på och smälter. Den här myren är dubbelt så stor som Sverige. Dubbelt så stor... Tänk er in i det också...

Det som gör situationen så allvarlig är att myren innehåller 70 miljarder ton metangas, en fjärdedel av den totala mängden i jordskorpan. När myren, som ligger i västra Sibirien, smälter frigörs gasen. Det spår på växthuseffekten och leder till större värmeökningar än forskarna tidigare räknat med.

Ett gigantiskt hål och en tinande myr. Mer behövs ju inte för att hösten ska vara förstörd...

Så nu längtar jag till vintern. Måtte det bara bli en vargavinter så förlamande att den förbaskade myren bottenfryser och att isångorna tränger upp i atmosfären och täpper till alla tänkbara hål...

**Östen Hannmyhr**



Direktsändningar måndagar 19-20.

Om du går in på nätet och skriver in följande adress så kan du också lyssna på de senaste sändningarna: <http://www.rsmh.se/lyssna.htm>

NATIONELLA  
**Hjälplinjen**  
020-220060

**Behöver du någon att prata med?**

Nationella hjälplinjen erbjuder dig kris- och stödsamtal samt råd och hänvisning via telefon och texttelefon.

Vi vänder oss till dig som befinner sig i en svår livssituation.

Ring till oss om du behöver prata om relationsproblem, psykisk ohälsa, sociala svårigheter, dödsfall, självmordstankar, ångest eller andra svåra situationer.

Du kan ringa Nationella hjälplinjen för egen del eller som närstående.

Vi som svarar när du ringer är beteendevetare, socionomer eller mentalskötare.

Du ringer till oss kostnadsfritt och anonymt. Det syns inte på din telefonräkning att du ringt till oss.

Vårt telefonnummer är: 020-22 00 60

Telefonöppettider:  
Måndag - torsdag: 17.00-22.00  
Fredag - söndag: 17.00-24.00

**RUS Nyhetsbrev**

**Ansvarig utgivare: Jonas Andersson**

**I redaktionen: Anna Lindberg, Östen Hannmyhr**

**Adress: Instrumentv. 10, 2 tr, 126 53 Hägersten**

**Tel: 08-772 33 60**

**E-post: [rus@rsmh.se](mailto:rus@rsmh.se)**