

SÁÁ BLAÐIÐ

SÁÁ blaðið

Mái 2008

Upplag 74 þúsund.



Bls. 10



**Af hverju
drakkstu svona
mikið pabbi?**

Bls. 12



**Bækur og
brennivín**

Bls. 19



**Samfélag á
fyllibyttustiginu**

ÁLFASALA SÁÁ 29. MAÍ TIL 1. JÚNÍ 2008



Álfurinn

- fyrir unga fólk!

© 2008/2009/2010

Ungt fólk á skilið að fá tækifæri til að lifa innihaldsríku lífi. Allur ágóði af Álfinum mun renna til rekstrar unglingadeildarinnar að Vogu.....



Fagmennska og kraftur hefur skilað árangri

Á síðasta ári voru liðin þrjátíu ár frá því, að nokkrir eldhugar stofnuðu SÁÁ, samtök áhuga-fólks um áfengis- og vímuefnavandann. SÁÁ braut blað í sögu þjóðarinnar og lagði grunn að meðferðarstarfi, sem ekki hafði þekkt hér á landi. Við stofnun SÁÁ gafst fólki kostur að njóta meðferðar og úrræða sem áður voru ekki fyrir hendi. Stofnun SÁÁ sýnir þannig glöggt styrkleika frjálsra félagasamtaka að takast á við slík vandamál sem ofneysla áfengis og vímuefna er og skaðað hefur marga einstaklinga og fjölskyldur þeirra.

Skýr sýn, fagmennska og kraftur, sem einkennir starfsemi SÁÁ hefur skilað frábærum árangri í baráttu við öflugan vágast. Frá upphafi var stjórnendum SÁÁ ljóst, að mikilvægt er að leita faglegrar þekkingar hvar sem hana er að finna. Styrkur SÁÁ felst meðal annars í því að leita fanga hjá sérfræðingum, sem gerst þekkjia til um allan heim. Skemmst er að minnast ráðstefnu sl. haust í tilefni 30 ára starfsemi SÁÁ. Þar kynntu innlendir og erlendir fyrirlesarar niðurstöður rannsókna og reynslu sem nýtist starfsemi SÁÁ. Starfsemi SÁÁ hefur reyndar vakið athygli út fyrir landsteinana og þykir um margt til fyrirmyndar. Starfsemin spannar vitt svið allt frá göngudeildum til sjúkrahússinnlagnar eftir því sem við á.

Íslenskum stjórnvöldum er ljós sú sorglega staðreynd, að nokkur þúsund manns leita meðferðar á ári hverju vegna ofneyslu áfengis eða vímuefna. Í stefnuýfirlýsingu ríkisstjórnarinnar er lögð áhersla á að þeir sem ánetjast vímuefnum eigi kost á viðeigandi úrræðum. Sérstök áhersla er lögð á forvarnir og fræðslu í glímunni við ofneyslu áfengis og vímuefna. Markvissar forvarnir geta skipt sköpum. Þar gegnir SÁÁ lykilllutverki.

Ég þakka SÁÁ fyrir aðdáunarverða starfsemi á undanförunum þremur áratugum og óska samtökunum velfarnaðar á komandi árum.



Ari Matthíasson

Frumherjar



Efnisyfirlit:

4 Tengsl milli erfða og tóbaksfíknar. Sjá athyglisverða frétt um verkefni á vegum SÁÁ og Íslenskrar erfðagreiningar um árangur rannsóknarteymisins en þar er **dr. Ingunn Hansdóttir** meðal annarra.



6 Utandeildar-spútnikk lið SÁÁ. Knattspyrnufélag SÁÁ hefur verið endurvakið og framkvæmdastjórinn er þekktur fótboltaáhugamaður úr Vesturbænum. Hann kallar sig nú Ara „Ferguson“ og ætlar sér stóra hluti.



7 Alkóhólistar reynast jafnframt nikótínþrælar. Athyglisverð grein eftir **Valgerði Rúnarsdóttur** lækni. Ótrúlega há prósentu þeirra sem eiga við alkóhólisma að stríða eru jafnframt háðir nikótíni.



8 Börn alkóhólista í bráðri hættu. **Lárus Blöndal** sálfræðingur segir af nýrri þjónustu SÁÁ sem miðar að því að taka á þeirri staðreynd að börn alkóhólista eru fjórum sinnum líklegri til að ánetjast vímuefnum en börn foreldra sem ekki eiga við þann vanda að etja.

9 Áhyggjuefni allra hugsandi Íslendinga hlýtur að vera að heilbrigðisráðherra hefur ekki gert þjónustusamning við SÁÁ um áframhaldandi starfsemi í Von, segir **Ari Matthíasson** meðal annars í funheitri grein.



10 Af hverju drakkstu svona mikið pabbi? spyr **Mikael Torfason**. Hann tekur einlægt og mjög svo eftirtektarvert viðtal við föður sinn **Torfa Geirmundsson** rakara. Mikael ók föður sínum í meðferð á Vog fyrir um ári og það breytti lífi beggja.



12 Bækur & brennivín. Viðamikil grein sem byggir á þeirri spurningu: Hvernig stendur á því að alkóhólismi og meðferðarstarf er svo áberandi í nýjum bókum sem raun ber vitni? Rætt er við rithöfundana **Árna Þórarinsson, Einar Má Guðmundsson, Hrafn Jökulsson, Þórunni Erlu-Valdimarsdóttur** og **Práin Bertelsson** sem öll hafa sína söguna að segja.



16 Stelpurnar okkar! **Valgerður Rúnarsdóttir** lækni hjá SÁÁ segir hér af margvíslegum og sértækum vanda sem alkóhólistar úr hópi yngri kvenna eiga við að etja: Þeim er margvísleg hættu búin sem ekki liggur í augum uppi.

18 Markaðssetning áfengis. **Ari Matthíasson** skrifar um framboð á eiturlyfjum og eftirspurnina. Eiturlyf hafa aldrei verið ódýrari en um þessar mundir sem helgast af miklu framboði efnanna. En þegar þessi vara er annars vegar þá elur framboðið á eftirspurn.



19 Samfélag á fyllibyttustiginu. Fyrir 40 árum skrifaði **Halldór Laxness** að í Reykjavík sæjust fleiri drykkjubrjálaðir menn á almannafæri en í helstu vínborgum heims. **Gunnar Smári Egilsson** lítur yfir sviðið og ekki verður séð að ástandið hafi batnað.



20 Vímuefnavandi ungmenna. Meginefni SÁÁ blaðsins og þungamiðja er úttekt **Þórarins Tyrfingssonar** á stöðu mála. Þarna kemur fram að 4 prósent ungmenna á Íslandi koma til meðferðar fyrir 20 ára aldur. Áfengi er það vímuefni sem þeir nota mest en kannabísefni valda mestum vanda. Árið 2007 komu 29 á Vog, 19 ára og yngri, sem höfðu sprautað sig í æð... Lesið!



Forsíðumyndin

Forsíðumyndina tók Valli ljósmyndari af hinu knáa knattspyrnuliði SÁÁ sem nú hefur verið endurvakið eftir tíu ára þyrnirósarsvefn. Lengst til vinstri í efri röð er Þórarinn Tyrfingsson, lækni liðsins, og efst til hægri er framkvæmdastjórinn Ari Matthíasson.

SÁÁ BLAÐIÐ

Útgefandi SÁÁ – Samtök áhugafólks um áfengis- og vímuefnavandann
Efstaleiti 7, 103 Reykjavík. Sími: 530 7600

Framkvæmdastjóri og ábyrgðarmaður: Ari Matthíasson • Ritstjóri: Jakob Bjarnar Grétarsson
Ljósmyndari: Valgarður Gíslason • Auglýsingar: Miðlun ehf. • Umbrot: Prentsmið ehf
Prentun og dreifing: Ísafoldarprentsmiðja • Sérstakar þakkir: Fréttablaðið



Af hverju kaupir þú Álfinn?



„Ég kaupi álfinn í hvert sinn sem mér stendur hann til boða. Það hljómar kannski hátíðlega en ástæðan er einfaldlega sú að ég þekki hvíllikan skaða fjárans brennivínið getur gert í lífi góðra drengja og stúlka, og tel ekki eftir mér nokkrar krónur ef eitthvað er hægt að spyrna við fæti.“

Illugi Jökulsson ritstjóri



„Ég kaupi álfinn vegna þess að ég veit að það er ekki sjálfsagt að það starf sem SÁÁ vinnur með ungu fólki sé til staðar. Hins vegar er það önnur og sorglegri saga að auðvitað ætti ríkisvaldið fyrir löngu að hafa komið því þannig fyrir að SÁÁ gæti einbeitt sér eingöngu að því að sinna meðferð fólks, í stað þess að þurfa að eyða orku sinni í að safna fé í jafn sjálfsögð verkefni. Svo fara álfarnir líka svo vel við löberinn í stofunni hjá mér.“

Katrín Bessadóttir sjónvarpskona



„SÁÁ er björgunarbátur allra þeirra sem hafa fallið í haf áfengis og fen dópneyslu. Þeirra sem eru að sökva. Þá er Álfurinn svo sannarlega eitt þess sem veitir traust grip.“

Bubbi Morthens tónlistarmaður.



„Ég ákvað að hætta að drekka „á hnefanum“ og líkami og sál öskraði á áfengi árum saman. Einn morgun vakna ég svo veikur af timburmönnum að mér leið eins og ég hefði sturtað í mig hálfri Johnny Walker til þess að geta sofnað. Þá gafst ég upp og leitaði mér aðstoðar í fyrsta sinn og hringdi í SÁÁ. Ég spurði hvernig má þetta vera? Ég hef verið edrú í þrjú og hálf ár og vakna samt þunnur! Sá sem fyrir svörum varð sagði: Þetta er lokatilraun líkamans til þess að fella þig. Ef þú kemst í gegnum daginn í dag þá verðurðu frjáls. Næsta morgun vaknaði ég með léttu tilfinningu í augunum og mér leið eins og ég væri aftur orðinn tólf ára. Brennivinsdjöfullinn var vikinn frá mér. Ráðgjafinn hafði haft rétt fyrir sér. Og þess vegna kaupir ég Álfinn.“

Ólafur Gunnarsson rithöfundur



„Stóri G veit það að það er ekkert mikilvægara heldur en fjölskyldan og góð heilsa. Það eru forréttindi að geta gengið inn í líkamsræktarstöð og hafa heilsu til þess að rífa í ískalt járn. Því miður hafa ekki allir heilsu til þess. Stóri kaupir álfinn til þess að styrkja SÁÁ sem er að gera hrikalega góða hluti í að bjarga mannlífum og bæta heilsu fólks.“

Egill Einarsson poppstjarna og einkabjálfi

Á fjórða þúsund manns í fíknsjúkdómarannsóknum

Dr. Ingunn Hansdóttir er ein þeirra sem unnið hefur að umfangsmiklum og merkum rannsóknum á erfðum fíknsjúkdóma. Þetta er samstarfsverkefni SÁÁ og Íslenskrar erfðagreiningar og hefur rannsóknin nú staðið í þrjú ár.

„Móttökur hafa verið góðar þegar við höfum leitað til þeirra sem hafa komið til meðferðar hjá SÁÁ og flestir eru boðnir og búnir til að leggja okkur lið. Hingað til hafa rúmlega 3000 einstaklingar samþykkt þátttöku, og hefur stærstur hluti þeirra svarað spurningalistum og gefið blóðsýni. Einn fimmti þessa hóps hefur að auki komið í ítarleg viðtöl til nánari greiningar á sinni neyslusögu og þáttum sem hugsanlega tengjast þróun og viðhaldi fíknsjúkdóma,“ segir Ingunn.

Miklar framfarir hafa orðið á þekkingu á orsökum fíknsjúkdóma, að sögn Ingunnar, en það hefur lengi verið vitað að sjúkdómurinn liggur í fjölskyldum en ekki verið vitað á hvaða hátt sjúkdómurinn er erfist. Nú hafa erfðarannsóknir sýnt fram á með ótvíræðum hætti að erfðir hafa áhrif á það hversu útsett við erum fyrir fíknsjúkdómum. „En samband erfða og fíknsjúkdóma er flókið og erum við enn að reyna að skilja samspil erfða og umhverfis í þróun fíknsjúkdóma.“ Hugsanlega erfast þættir eins og hvatvísi, hegðunarvandi, sækni í spennu, sem geta síðan aukið hættu á að ánetjast vímuefnum strax á unglingsárum. Nýlega birtist grein í tímaritinu Nature þar sem greint var frá hluta niðurstaðna rannsóknarinnar varðandi



Dr. Ingunn Hansdóttir Nature greindi nýverið frá hluta rannsóknarinnar sem sýnir að ánetjun tóbaks tengist erfðapáttum.

sjúkdóma er flókið og erum við enn að reyna að skilja samspil erfða og umhverfis í þróun fíknsjúkdóma.“ Hugsanlega erfast þættir eins og hvatvísi, hegðunarvandi, sækni í spennu, sem geta síðan aukið hættu á að ánetjast vímuefnum strax á unglingsárum. Nýlega birtist grein í tímaritinu Nature þar sem greint var frá hluta niðurstaðna rannsóknarinnar varðandi

Umfang rannsóknar

- Margir starfsmenn koma að rannsókninni, m.a. áfengisráðgjafar, ritarar, læknar, hjúkrunarfræðingar, sálfræðingur, sálfræðinemar (á hverjum tíma 10-20 manns)
- Um 20000 símtöl fyrstu tvö árin
- 5764 kynningarbréf send
- 1702 blóðsýni tekin á Vogu
- 40 spyrjar þjálfaðir, flestir sálfræðinemar
- 60 klukkutíma spyrilanámskeið hafa verið haldin 4 sinnum
- Yfir 20 sjálfbóðaliðar hafa aðstoðað í spyrjaþjálfun, m.a. áfengisráðgjafar og velunnarar SÁÁ
- 885 ættingjar hafa tekið þátt

nikótínfíkn, þar sem í ljós komu tengsl erfða við tilhneigingu til að reykja mikið og ánetjast tóbaki.

Mörgum spurningum er enn ósvarað og vonumst við til þess að erfðarannsókn SÁÁ og ÍE leiði af sér fleiri svör. Við erum afskaplega þakklát þeim sem leggja það á sig að taka þátt og stuðla með því að þekkingarleitinni.

Álfurinn orðinn átján ára

Í gegnum árin hefur SÁÁ sótt styrk til þjóðarinnar með margvíslegum hætti. Mikil vinna hefur verið lögð í ýmsar fjáröflunaraðgerðir til eflingar og uppbyggingar meðferðarstarfs. Fyrsta fjáröflunin sem farið var í var landshappdrætti til styrktar byggingu sjúkrahússins Vogs. Um 72 þúsund konur á aldrinum 18-70 ára fengu heimsenda tvo happdrættismiða. Sala happdrættismiðanna gekk mjög vel og skilaði góðum hagnaði. Í kjölfarið var farið í margar og fjölbreyttar fjáraflanir, sú vinsælasta og mikilvægasta fyrir utan framlög frá styrktarfélagum SÁÁ, er álfasalan.

Það var Grétar heitinn Bergmann starfsmaður við fjáröflun SÁÁ, sem átti frumkvæði að því að selja litla figúru sem kölluð yrði Álfur. Á þeim tíma var vinsælt að selja merki til styrktar góðum málefnum en Grétar var staðráðinn í því að Álfurinn væri eitthvað nýtt og ferskt og fólki myndi líka hann. Grétar reyndist sannspár og hefur sala Álfins farið fram árlega allt frá því hún var haldin í fyrsta skipti í maí 1990. Landgræðsla ríkisins og Reykjavíkurborg studdu fyrstu álfasöluna. Landgræðslan gaf birki- og lúpínufrae sem sett voru í hatt Álfins og Reykjavíkurborg úthlutaði SÁÁ landsvæði í Botnadal í landi Nesjavalla þar



Eftir Ásgerði Th. Björnsdóttur, framkvæmdastjóra fjármálasviðs SÁÁ

sem fráen voru gróðursett. Undanfarin ár hafa ýms fyrirtæki og einstaklingar styrkt álfasöluna með myndarlegum hætti. Álfasalan er þannig fjáröflun og litlu er til kostnað til að ná góðum árangri. Fólk þekkir álfinn og lætur hann ekki framhjá sér fara. Fyrir marga hefur Álfurinn söfnunargildi og eru þeir tilbúnir að leggja á sig aukasnúning til að eiga allar gerðir af álfum sem seldar hafa verið.



Alveg frá upphafi hafa sjálfbóðaliðar og starfsfólk SÁÁ lagt fram vinnu sína í að skipuleggja álfasölu um allt land. Margar leiðir hafa verið farnar í að auglýsa Álfinn á sem hagkvæmastan máta. Árið 1995 var Álfur Ketilsson fenginn til að ljá Álfinum rödd sína en hann sagði meðal annars í Morgunblaðinu 5. maí 1995 undir fyrirsögninni „Áskorun frá Álfu um álfa“:

„Hagnaðurinn, segir Álfur Ketilsson, rennur til forvarnarstarfs. DAGS daglega erum við ekki nema þrjú Íslendingarnir sem berum nafnið Álfur. Einu sinni á ári verður hins vegar hressileg fjölgun á nöfnum okkar, þegar söluþjófk SÁÁ býður landsmönnum að kaupa álfa til styrktar starfsemi sinni.“

Samtökin fjármagna mikilvæga þætti í starfsemi sinni, einn af þeim er unglíng- og forvarnastarfið. Vandí ungs fólks hefur vaxið mikið síðasta áratug og sífellt fleiri ánetjast örvandi vímuefnum. Stór hluti unglíng- og forvarnastarfsins fer fram á göngudeildum SÁÁ. Fjármögnun þeirra er ekki tryggð nema að 1/3 þetta árið, eftir er að finna leiðir til að tryggja áframhaldandi rekstur.

Eins og áður sagði er þetta ein mikilvægasta og árangursríkasta fjáröflunarleið SÁÁ sem fer fram eina helgi í maí ár hvert. Með því að kaupa Álfinn gefst almenníngi kostur á að styðja við unglíng- og forvarnastarf SÁÁ. Þetta er í 19. sinn sem sjálfbóðaliðar munu ganga í hús og verða á fjölförnum stöðum um allt land, markmiðið er að allar fjölskyldur í landinu eignist einn Álf. Ég hvet almenning til að taka söluþjófk SÁÁ vel.

Kaupum álfinn!



1. - 4. ÁGÚST
ÚTILEGA SÁÁ
www.saa.is
2008
HLÖÐUM
HVALFJARÐARSTRÖND
UM
VERSLUNARMANNA
HELGINA



Félagsvist - Bingó - Dagskrá fyrir börn
 Vöflur og súkkulaði - Hæfileikakeppni
 Fundir - Sameiginlegt grill
 Gönguferðir - Kvöldvökur
 Varðeldur - Dansleikur
 Sól og sumar

Allar nánari upplýsingar
 veitir Hilmar í síma 824 7646
 Öll hjálp við undirbúning er vel þegin

Þökkum veittan stuðning

Reykjavík

Alba gistiheimili, Eskihlíð 3
 Antikmunir sf, Klappargötu 40
 Arkitektastofan Austurvöllur, Ármúla 24
 ASK Arkitektar ehf, Geirsgötu 9
 Áltak ehf, Stórhöfða 33
 Árni Reynisson ehf, Laugavegi 170
 Ásbjörn Ólafsson ehf, Skútuvogi 11a
 Bako Ísberg ehf, Lynghálsi 7
 Bernharð Laxdal ehf, Laugavegi 63
 Bókhaldsstofa Ingimundar T Magnússonar, Ármúla 15
 Bókhaldsþjónusta Gunnars ehf, Ármúla 1
 Byggingafélagið Pumall ehf, Viðarríma 8
 Dún- og fiður ehf, Laugavegi 87
 Edda - útgáfa hf, Síðumúla 28
 Eignamiðlunin ehf, Síðumúla 21
 Evrópulög ehf, Ásvallagötu 2
 Eyfir fjárfestingafélag ehf, Skólavörðustíg 13
 Faxaflóahafnir sf, Hafnarhúsinu Tryggvagötu 17
 Félag íslenskra hljómlistarmanna, Rauðagerði 27
 Félagsbústaðir hf, Hallveigarstíg 1
 Fjallabak ehf, Pósthólf 1622
 Fjölhönnun hf, verkfræðistofa, Stórhöfða 27
 FOSS fasteigna-/skipasalan ehf, Hátúni 6a
 Garri ehf, Lynghálsi 2
 Gjögur hf, Kringlunni 7
 Glerisetningar ehf, Sandavaði 5
 Glitnir banki ehf, Háaleitisútbú, Háaleitisbraut 58
 Gæðafæði ehf, Bildshöfða 14

Henson, Brautarholti 24
 HGK ehf, Laugavegi 13
 Hitastýring hf, raftækjavinnustofa, Ármúla 16
 HJ bílar ehf, Berjaríma 35
 Hljóðfæraverslunin Rín ehf, Brautarholti 2
 Hótel Frón ehf, Laugavegi 22a
 Hreysti ehf, Skeifunni 19
 Ice Consult ehf, Mörkinni 6
 Iceland Seafood International ehf, Köllunarklettsvegi 2
 Ingi Torfi Sigurðsson, húsasmíðameistari, Smáraríma 53
 Íslensk endurskoðun ehf, Bogahlíð 4
 Ísloft blikk- og stálsmiðja ehf, Bildshöfða 12
 Ísold ehf, Nethyl 3-3a
 KOM almannatengsl, Borgartúni 20
 Kr. St. lögmannsstofa ehf, Austurstræti 10a
 Landsnet hf, Krókhálsi 5c
 Leigulistinn ehf, Skipholti 50b
 Línuborun ehf, Vagnhöfða 11
 Loftleiðir-Icelandic ehf, Reykjavíkflugvelli
 Matfugl ehf, Völuteigi 2
 Matthías ehf, Vesturfold 40
 Mentis hf, Borgartúni 29
 Mentor ehf, Síðumúla 13
 Nobex ehf, Skútuvogi 1 b
 NorðNorðVestur Kvikmyndagerð ehf, Barðavogi 30
 Núi-Sírius hf, Hesthálsi 2-4
 Nýi ökuskólinn ehf, Klettagörðum 11
 Promens hf, Suðurlandsbraut 24
 Pústþjónusta ÁS ehf s: 562-8966, Nóatúni 2,

Rafstjórn ehf, Stangarhyl 1a
 Rarik ehf, Bildshöfða 9
 Ráðhús Reykjavíkur, Ráðhúsinu
 Rolf Johansen & Co ehf, Skútuvogi 10a
 Rögn ehf, Ármúla 17a
 S.B.S. innréttingar, trésmiðja, Hyrjarhöfða 3
 Samiðn, Borgartúni 30
 Samson eignarhaldsfélag ehf, Sigtúni 42
 Samtök starfsmanna fjármálafyrirtækja,SSF, Nethyl 2 e
 Saxhóll ehf, Nóatúni 17
 Seðlabanki Íslands, Kalkofnsvegi 1
 Setberg, bókaútgáfa, Freyjugötu 14
 Skorri ehf, Bildshöfða 12
 Skólavefurinn.is, Laugavegi 163
 Smiðsafi ehf, Gilsárstekk 1
 Smur-, bón- og dekkþjónustan sf, Tryggvagötu 15
 SORPA, Gufunesi
 Straumur - Hraðberg ehf, Höfðabakka 9
 Suzuki bílar hf, Skeifunni 17
 Talnakönnun hf, Borgartúni 23
 Tandur hf, Hesthálsi 12
 Teiknistofan Óðinstorgi verkfræðideild, Óðinsgötu 7
 Tengi ehf, Síðumúla 13
 Topphúsið, fataverslun, Mörkinni 6
 Túnþökupjónustan ehf. sími: 897 6651, Reykási 43
 Tölvar ehf, Síðumúla 1
 Tölvu- og tækniþjónustan ehf, Grensásvegi 8
 Útfararstofa Kirkjugarðanna ehf, Vesturhlíð 2

V.R., Kringlunni 7
 VA arkitektar ehf, Borgartúni 6
 Valhöll fasteignasala ehf, Síðumúla 27
 Verðbréfaskráning Íslands hf, Laugavegi 182
 Vífilfell hf, Stuðlahálsi 1
 VSÓ Ráðgjöf ehf, Borgartúni 20

Seltjarnarnes

Seltjarnarnesbær, Austurströnd 2
 Tannlæknastofa Ragnars Ó Steinarssonar ehf, Eiðstorgi 15

Kópavogur

A tours ehf - Super Jeep Tours, Faxahvarfi 3
 ALARK arkitektar ehf, Dalvegi 18
 Bifreiðaverkstæðið Stimpill ehf, Mánabraut 12
 dk hugbúnaður ehf, Hlíðasmára 17
 Einar Beinteins ehf - Dúklagningameistari, Grófarsmára 8
 Hilmar Bjarnason ehf, rafverktak, Daltúni 1
 Iðnprent ehf, Akralind 7
 KB Ráðgjöf, Hlíðasmára 17
 Knastás ehf, Skemmuvegi 4
 Marás ehf, Akralind 2
 SR múr ehf, Laufbrekku 19
 Vegurinn, Smiðjuvegi 5
 Verkfræðistofa Erlends Birgissonar ehf, Bæjarlind 4
 Þórir Gíslason tannlæknir, Digranesvegi 18
 Þvegillinn ehf, Fífuhjalla 3

Utandeildar spútnikk lið SÁÁ

„Til mín komu strákar sem höfðu áhuga á að spila fótbolta undir merkjum SÁÁ. Strákar sem höfðu átt í vandræðum með vímuefnaneyslu áður en komnir á gríðarlega gott ról. Það stóð ekki á mér að tákna þátt í því,“ segir Ari Matthíasson framkvæmdastjóri hjá SÁÁ.

Ari er þekktur fótboltaáhugamaður, þykist reyndar sjálfur liðtækur, sat í stjórn KR-Sport en hætti nýverið þar sökum hugsanlegra hagsmunaárekstra.

„Ég er náttúrulega Ferguson liðsins. Eða Gauji Þórðar ef þú vilt endilega íslenska samlíkingu. Þórarinn Tyrfingsson? Sú gamla kempa úr handboltanum? Hann er náttúrulega læknir liðsins og andlegur leiðtogi,“ segir Ari aðspurður nánar um aðkomu hans og yfirlæknis Vogs að liðinu. Hann segir tímabært að endurvekja SÁÁ liðið en það var síðast starfrækt fyrir tíu

árum. Og gildi þess fyrir samtök á borð við SÁÁ er ótvírátt. „Margir af þeim ungu strákum sem eru jafnvel bestir í fótbolta í yngri flokkunum eiga það til að detta út á aldrinum 15 til 16 ára. Vegna annarra áhugamála sem oft vilja leiða menn á glapstígu. Þegar þessir strákar hafa hrasað og náð sér svo aftur í gang með SÁÁ eru þeir enn góðir í fótbolta og vilja gjarnan taka upp þráðinn. SÁÁ liðið er kjörinn veffangur fyrir það.“

Ari talar um mikilvægi þess að berjast gegn félagslegri einangrun sem stundum vill fylgja í kjölfar þess að menn taki á sínum málum með aðstoð SÁÁ. Þetta er einn póstur í því starfi sem SÁÁ hefur haft á oddinum undanfarin ár í tengslum við skemmtilegt félagsstarf á vegum samtakanna. En það má ekki gleyma því að Ari er fyrst og fremst keppnismaður.

„Við setjum okkur raunhæf markmið. Við ætlum að halda okkur í deildinni [utandeildar en engin dæmi eru um að lið falli þar]. Það versta sem gæti gerst er að við myndum vinna okkur upp um deild



Til alls líklegir Ari „Ferguson“ er framkvæmdastjóri liðsins en Þórarinn Tyrfingsson læknir þess. Markmiðið er að halda sér í deildinni.

með þeim ferðalögum og kostnaði sem því munu fylgja.“

En það mun þó ekki reynast ófyrstíganlegt vandamál. Og verður tekið á því þegar þar að kemur. Ari reyndar hefur fulla trú á því að liðið fari upp um deild með tíð og tíma og er þegar farinn að leggja drög að fjárhagslegri afkomu liðsins

með feittum auglýsingasamningum. „Við höfum hvarvetna mætt miklum velvilja og ég vil nota þetta tækifæri til að þakka sjálfum Henson sem styrkir okkur óvenjulega með því að gefa okkur búninga. Þó hann sé Valsari,“ segir Ari. Í pípunum er sjónvarpsmynd um ævintýrið sem í uppsiglingu er.

Geðrænn vandi ungmenna

- og ný greiningartækni

Mörg þeirra ungmenna sem koma til vímuefnamedferðar hjá SÁÁ á Vog, glíma við annan meginvanda en vímuefnafkinn. Þau eru vissulega í vanda vegna vímuefnaneyslu, vanda sem verður að leysa, en oft glíma þau líka við einhvern annan geðrænan vanda. Hörður Svavarsson fjallar um snúidd viðfangsefni.

Margir þekkja hve Barna- og unglíngageðdeild Landspítala, BUGL, er illa í stakk búin til að mæta þörfum allra barna sem þurfa hjálp vegna geðrænna kvilla. Biðlistar þar hafa verið langir og stjórnvöld hafa reynt að koma á fót neyðarlausnum til að minnka vandann. Í aldarfjórðung hefur verið í notkun í Bandaríkjunum geðgreiningarviðtal fyrir börn 9 til 18 ára, nefnt DISC. Þetta viðtal, sem er tölvukeyrður staðlaður spurningalisti, er nú í notkun

víða um lönd, meðal annars á Spáni, Þýskalandi, Hollandi og í Kína. Hin langa reynsla af viðtalinu og hin útbreidda notkun þess eru meðmæli með þessu greiningartæki.

Meginkostir viðtalsins eru tveir. Annarsvegar tekur viðtalið yfir marga sjúkdómsgreiningarflokka, það nær yfir 34 algengustu geðgreiningar hjá börnum. Þannig er tryggt að skimað sé eftir fleiri einkennum en þeim sem augljósust kunna að vera í hefðbundnu viðtali. Hinn meginkosturinn er að ekki þarf hámenntaða og langskólagegna geðlækna, sem kosta mikið, til að taka viðtalið. Þeir sem taka viðtalið eru sérþjálfaðir en þurfa ekki að búa að klínískri menntun.

Fleiri koma að lausn vandans

Það blasir því við að með notkun þessa tækis væri hægt að fjölga þeim sem skima fyrir geðrænum vanda hjá börnum. Sú skimun gæti farið fram víða í heilsugæslunni og í skólakerfinu. Þannig mætti stytta biðlista á Bugl og veita aðstoð fyrr og markvissar en áður hefur verið gert.

Undir forystu Helgu Hannesdóttur, prófessors í geðheilbrigðisfræðum við Háskóla Íslands hefur verið ráðist í það stórvirki að þíða og staðfæra DISC viðtalið á íslensku. Sú vinna er viðamikil og hefur staðið yfir í nokkur ár, enda eru um þrjú þúsund spurningar í viðtalinu öllu, þó hver einstaklingur svari aldrei svo mörgum spurningum.

Svona stórvirki verður ekki unnið án viðtækra samvinnu og kostunar. Í þessu verkefni hafa nokkrir aðilar lagt saman krafta og fé og er SÁÁ þar á meðal. Samtökin hafa styrkt vinnuna fjárhagslega og lagt þróuninni lið með prófunum og yfirllestri.

DISC í gagnid hjá SÁÁ

Núna standa lokaprófanir á viðtalinu yfir hjá SÁÁ. Innan skamms verður hægt að þjálfa starfsfólk samtakanna til að nota þetta tæki og stuðla þannig að því að þau ungmenni sem leita á Vog fái undantekningarlaust tilvísanir í úrræði við hæfi.

Það er einnig mikill og stórhuga áhugi í forystusveit SÁÁ til að nota þetta viðtal



Eftir Hörð Svavarsson aðstoðarskólalastjóra í Reykjavík og hluta rannsóknarteymis SÁÁ

í rannsóknarskyni, en DISC viðtalið var upphaflega þróað til þess.

Ég hef notið þeirra forréttinda að taka örlítinn þátt í þróunarvinnunni við DISC viðtalið og hef eins og margir aðrir þá trú að það muni valda svipaðri byltingu á Íslandi fyrir forvarnir, rannsóknir og greiningu í barna- og unglíngageðlækningum og það hefur gert víða annarsstaðar. Það er ánægjulegt að fá að koma að svona verkefni og það er ánægjulegt að verða vitni að því þegar fagfólk sameinar krafta sína og yfirburðabekkingu til að leysa stóran og þjóðfélagslegan vanda með skipulögðum og hagkvæmum hætti.

Göngudeildir SÁÁ í voða

- Ekki hefur verið samið um rekstur göngudeilda. Þar vantar 84 milljónir til að endar nái saman.
- SÁÁ mun ekki geta haldið þessari þjónustu úti í eigin reikning.
- Ekki er síðferðilega eða lagalega verjandi að taka af svona þjónustu með því að semja ekki og láta ábyrgðina af þeirri óvissu vera borna af þjónustuaðila.

Máltækið að kasta krónunum og hirða aurana er að verða merkingarlaust. Fólk veit ekki lengur hvað aurar eru. Aurar eru það sem krónan var búin til úr. Í gamla daga safnaði fólk aurum sem urðu að

krónum. Nú safnar engin neinu. Flestöllu er hent, því það er dýrara að gera við hluti en að kaupa nýja. Maður týnir því tilfinningunni um virði hlutanna, virði verkanna, virði vinnunnar og virði hugsunar. Allt verður að þrútti og sölumennsku.

Í þessum veruleika þar sem aurarnir eru ekki lengur til og krónan því búin til úr engu, þrífast íslenskir stjórnámálmenn á því að henda því sem er notað svo þeir geti sagst hafa unnið vinnuna sína, þ.e.a.s. hent einhverju og keypt nýtt. Og nú ætla starfsmenn heilbrigðisráðuneytisins kannski að henda göngudeildarþjónustu SÁÁ, svo þeir geti sjálfir „fattað uppá“



Eftir Arnþór Jónsson varaformann SÁÁ

einhverju nýju og sniðugu til að monta sig af. Eða kannski vilja þeir bara prófa að ganga um í nýjum fötum keisarans?

SÁÁ er eldra en 30 ára. Margir tóku höndum saman og gáfu vinnu sína og peninga til að búa til SÁÁ. Það er búið til úr aurum sem urðu að krónum. Samtök-in eru fjölmenn almennasamtök. Öllum

ágóða af starfsemi samtakanna og eignum er varið til baráttunnar gegn ofnotkun vímuefna. Þeir sem eru komnir til vits og ára skilja að svona fyrirbæri er hvorki hægt að kaupa né selja. Það verður aðeins til sem gjöf. Og þeir sem eru enn eldri vita, að það eina sem maður getur raunverulega eignast er það sem maður hefur gefið.

Lokanir göngudeilda SÁÁ yrðu ekki endalok samtakanna. Þær verða hins vegar vitnisburður og minnisvarði um þá tíma þegar menn og konur höfðu týnt tilfinningunni fyrir því hvaðan við komum og úr hverju við erum gerð. En það heitir að vera illa áttaður og ráðalaus og getur vissulega komið fyrir besta fólk þó það sé verra þegar heilu ráðuneytin lenda í svoleiðis hremmingum.

Reykingar

– þær hefjast snemma, það er erfitt að hætta þeim og enn erfiðara að byrja ekki aftur.
Grein eftir **Valgerði Rúnarsdóttur** lækni hjá SÁÁ.

Á Íslandi hefur dregið úr reykingum svo um munar. Innan við 19% Íslendinga 15 ára og eldri reykja sígarettur samkvæmt könnun Lýðheilsustöðvar. Hreint frábær árangur hjá Íslendingum!

En... þetta eru ekki tölur sem við sjáum hjá þeim sem leggjast inn á Vog. Langflestir þeirra reykja sígarettur eða hátt í 90%. Það er undantekning ef unglingur reykir ekki við innlögn. Þessi góði árangur þjóðarinnar í að hætta að reykja, hefur því ekki endurspeglast í þeim hópi sem leggst inn á Vog, það er að segja meðal virkra alkóhólista og fíkla í önnur vímuefni.

Nikótínfíkn tengd vímuefnafíkn

Að reykingar séu svo algengar meðal alkóhólista og raun ber vitni kemur ekki á óvart þegar við fræðumst um hver vandinn við reykingar er. Jú það er einmitt mesti vandinn: Hversu erfitt er að hætta. Og ef tekst að hætta, er erfitt að byrja ekki aftur. Þetta hljómar kunnuglega. Þetta minnir á það sem við þekkjum með áfengi og önnur vímuefni líka meðal þeirra sem hafa fíkn-sjúkdóminn. Þeir þekkja það einmitt, að eiga erfitt með að hætta, eða að minnsta kosti hafa átt erfitt með að falla ekki á bindindum til dæmis frá áfengi og byrja aftur án þess að vilja það í raun. Vandinn við reykingar hjá þeim sem ekki eiga auðvelt með að hætta þeim, er einmitt fíkn.

Þessi fíkn, nikótínfíkn, er mjög tengd vímuefnafíkn. Það er erfitt fyrir reykingafólk að vera án tóbaks, þegar verið er að drekka áfengi, og þá er oftast ekki reykt meira en venjulega. Margir reykja mjög mikið í fráhröfum. Nú, þegar svo margir hafa hætt að reykja, sést enn betur hversu miklum mun líklegri er að einstaklingur með áfengis- og aðra vímuefnafíkn reyki, en sá sem ekki er með virkan fíkn-sjúkdóm. Það er margt sem bendir til þess að virkir alkóhólistar og aðrir fíklar eigi erfiðara en aðrir með að hætta að reykja.

Reykingamenn lifa 12 árum skemur

Efnafræðiáhrif nikótíns og fleiri efna í tóbaksreyk á heilann hafa verið rannsökuð. Það er þekkt að það verða starfrænar breytingar á taugafrumum heilans við nikótínneyslu. Þessar breytingar eru líka á sömu svæðum þar sem þekktar breytingar verða vegna áfengis og annarra vímuefna. Hér um ræðir meðal annars verðlaunabrautina (reward pathway) í heilanum þar sem nikótín losar boðefnið dópamín eins og vímuefnin gera líka.

Við vitum um alvarlegar afleiðingar reykinga. Það er ekkert sem veldur jafn mörgum ótímabærum dauðsföllum í vestrænum ríkjum og reykingar. Líflíkur reykingamanna eru að meðaltali 10-12 árum skemmri en þeirra sem ekki reykja. Allsgáðir alkóhólistar og aðrir fíklar deyja um aldur fram vegna tóbaksreyk-



inga. Ótímabær dauði er vegna sjúkdóma eins og krabbameina, lungnasjúkdóma, æðasjúkdóma eins og kransæðastíflu og heilablóðfalls. Þá eru ótalin árin sem reykingafólk líður þjáningar vegna sjúkdóma sem reykingar valda á miðbiki ævinnar. Við vitum jú að líflíkur Íslendinga eru meira en 80 ár! Ekki eru síður alvarleg áhrifin á föstur í móðurkviði, sem síðustu árin eru að verða ljósari, en reykingar á meðgöngu eru taldar geta haft áhrif á börnin í uppvextinum, og geðræna kvilla eins og athyglisbrest og hegðunarvanda.

„Líflíkur reykingamanna eru að meðaltali 10-12 árum skemmri en þeirra sem ekki reykja. Allsgáðir alkóhólistar og aðrir fíklar deyja um aldur fram vegna tóbaksreykinga.“

Þeir sem ná bata hætta að reykja í stórum stíl

En hvernig stendur á því að þeir virku alkóhólistar og fíklar sem leggjast inn á Vog hafa ekki hætt að reykja? Hafa þeir ekki áhuga á því?

Jú, við vitum það, að nær hver einasti sjúklingur í meðferð vill hætta að reykja. Það er gríðarlegur áhugi á því. Meira að

segja unglingarnir sem koma á Vog hafa mikinn áhuga á því að hætta að reykja sígarettur. Það eru afar fáir sem segjast ætla að reykja þar til þeir deyja. Allir hinir ætla að hætta. Sumir vilja hætta í meðferðinni aðrir innan árs eða innan tveggja ára og svo framvegis. Allir eru hvattir til að hætta að reykja tóbak, bæði í viðtölum og fyrirlestur á eftirmeðferðarstöðum SÁÁ. Mikilvægast er að sjá fyrir sér að taka á þessari fíkn og að undibúa það með þeirri aðstoð sem býðst. Þeir sem ljúka meðferð við áfengis- og annarri vímuefnafíkn, gera áætlun til bindindis. Hún felur í sér stöðuga aðgát og eftirfylgni, auk þess sem sjálfshjálparfundir AA og NA eru mjög mikilvægir fyrir batann. Þeir sem ætla að hætta að reykja, geta nýtt sér nákvæmlega sömu áætlun fyrir tóbakið eins og vímuefnin. Það er sama markmið, að koma í veg fyrir fall.

SÁÁ er ekki ennþá með sérstaka reykingameðferð fyrir utan það sem felst í vímuefna meðferðinni. Það er þó þörf á því og verðugt verkefni sem SÁÁ hefur faglega þekkingu og reynslu til að sinna, ef sú þjónusta verður skilgreind og fjármögnuð til SÁÁ.

Við höfum vitneskju um að þeir sem ná bata frá vímuefnafíkn, hætta að reykja í stórum stíl, í kjölfarið. Ef reykingamaður er líka með fíkn-sjúkdóm í áfengi eða önnur vímuefni, er mjög mikilvægt að taka á þeim vanda, fara í meðferð ef með þarf, við fíkn-sjúkdómnum. Það er mjög góð byrjun, jafnvel nauðsynleg, til að ná tökum á nikótínfíkninni samhliða eða í framhaldi.

Nikótínfíkn á undan vímuefnafíkn

Flestar alvarlegar afleiðingar reykinga gerast á fullorðinsárum. En reykingar hefjast á unga aldri. Þá eru vandamál framtíðar óralangt í burtu og næstum óviðkomandi.

„Langflestir sem leggjast inn á Vog reykja sígarettur eða hátt í 90%. Það er undantekning ef unglingur reykir ekki við innlögn.“

En þrátt fyrir upplýsingarnar um alvarleikann og fíknina sem hlýst af, þá eru reykingar ekki horfnar. Því miður bætast daglega við nýir ungir reykingamenn í hópinn. Það er ennþá jákvætt viðhorf til þess að byrja að reykja hjá sumum unglingum. Það er það alvarlegasta af öllu. Flestir sem leggjast á Vog hafa byrjað að reykja áður eða um sama leyti og þeir hófu neyslu áfengis eða annarra vímuefna. Þeir urðu flestir nikótínfíklar á undan vímuefnafíkninni.

Það er ekkert eins mikilvægt í þessu samhengi og að koma í veg fyrir að það verði til nýir ungir nikótínfíklar. Það er við ofurefli að etja, meðal annarra tóbaksframléidendur með sín auðæfi, sem svífast einskis í að koma réttum hugmyndum til skila. Þeir auglýsa fyrir unga fólk beint og óbeint og viðhalda jákvæðum viðhorfum. Þegar einstaklingurinn er orðinn háður og fíknin, er takmarkinu náð, því hann mun eiga í erfiðleikum með að hætta.

Á meðan nikótínfíknin er ennþá við lýði, og í svo miklum mæli sem raun ber vitni meðal sjúklinga hjá SÁÁ, mun haldið áfram að vinna gegn þeirri fíkn og meðhöndla sífellt meira.

Börn alkóhólista í verulegri hættu

„Umfang, gæði og árangur þjónustu SÁÁ fyrir áfengis- og vímuefnaneytendur og aðstandendur þeirra er löngu þekkt bæði hérlandis og erlendis,“ segir Lárus Blöndal sem fjallar í þessari grein um nýja sálfræðiþjónustu SÁÁ fyrir börn alkóhólista.

Innan SÁÁ hefur safnast mikil reynsla og þekking varðandi áfengis- og vímuefnasjúkdóminn. Markvisskráning SÁÁ og utanumhald um mikilvægar upplýsingar í sambandi við vímuefnavandann hér á landi er ómetanleg, ekki eingöngu fyrir starfsemi SÁÁ heldur fyrir samfélagið í heild. Nálgun SÁÁ er heildræn í eðli sínu. Þar er gengið út frá því að ógæfa og vanlíðan einstaklings í stjórnlausri áfengis- og/eða annarri vímuefnaneyslu hafi mikil og víðfeðm neikvæð áhrif á hann sjálfan, nánustu ættingja, vini, félag, starfsumhverfi og samfélagið í heild sinni. Í ljósi þessa hefur SÁÁ lengi átt sér þann draum að útvíkka þjónustu sína enn frekar og sinna á markvissari hátt en fram til þessa hefur verið gert börnum alkóhólista. Að koma á fót slíkri þjónustu felur í sér viðurkenningu á því að barn sem elst upp við vímuefnaneyslu í nánasta fjölskylduumhverfi sínu geti setið uppi með ýmsar afleiðingar, bæði tilfinningalegar og félagslegar. Auk þess felst í því viðurkenningu á að hægt sé með markvissum hætti að vinna með börnum sem búa við þessar aðstæður þannig að þau geti átt sér betra líf og bjartari framtíð. Síðast en ekki síst hefur þjónustan mikilvægt forvarnargildi fyrir umrædd börn með tilliti til hugsanlegrar áfengis- og fíkniefnaneyslu þeirra.

Alkóhólismi leggst á alla í fjölskyldunni

Samkvæmt erlendum rannsóknum má gera ráð fyrir að eitt af hverjum fjórum börnum eigi foreldri/foreldra sem eigi við áfengis- eða annan vímuefnavanda að stríða. Auk þess er sýnt fram á að þessi hópur sé um fjórum sinnum líklegri til að ánetjast áfengi eða öðrum vímuefnum á fullorðinsaldri en börn foreldra sem ekki eiga við slíkan vanda að



Eftir Lárus Blöndal
sálfræðing

stríða. Niðurstöður rannsókna benda til þess að fjölmargir líffræðilegir, sálfræðilegir, félagslegir og perónuleikabættir til viðbótar við fjölskyldusögu um alkóhólisma skipti máli um það hvort börn þrói með sér fíknisjúkdóm. Þættir sem geta dregið úr líkunum á að svo verði geta virkað einfaldir og sjálfsgæðir svo sem að barnið hafi aðgang að fullorðnum sem ekki á við vímuefnavanda að stríða. Annað dæmi um forvarnargildi einfaldr þátta geta verið góðar fjölskyldu hefðir svo sem að gera saman eitthvað sem allir upplifa jákvætt á tilteknum tímum/tímamótum og svo framvegis.

Alkóhólismi innan fjölskyldu veldur öllum fjölskyldumeðlimum álagi, eins og gerist þegar um er að ræða aðra alvarlega, langvarandi og illvíga sjúkdóma. Börn virðast vera sérstaklega viðkvæm fyrir álagi af þessu tagi. Helstu afleiðingar fyrir börn eru álags- og streitu-einkenni, sem birtast gjarnan sem samskiptaerfiðleikar og jafnvel hegðunarerfiðleikar, þreyta, tilfinningaleg vanlíðan eins og ótti, áhyggjur, kvíði, depurð eða þunglyndi, ásamt félagslegri einangrun, líkamlegum kvörtunum og brottinni sjálfsmýnd svo nokkuð sé nefnt. Ljóst er að birtingarmynd afleiðinga alkóhólisma á börn getur verið afar margbreytileg og oft erfitt fyrir utanaðkomandi að átta sig á eiginlegri líðan barnanna. Undirliggjandi kvíði og áhyggjur geta til dæmis birst sem fyrirmyndarhegðun og góð frammistaða í skóla en einnig sem hegðunar- og námserfiðleikar, einbeitingarskortur og andfélagsleg hegðun.

Þörfin mikil

Undirbúningur SÁÁ að sálfræðiþjónustu fyrir börn alkóhólista hófst fyrir um ári síðan. Skoðað var hvað hefur verið að gerast á þessu sviði erlendis það er

rannsóknir, greinaskrif og hvaða þjónustu hefur verið boðið upp á fyrir börn alkóhólista. Með þá vitneskju og reynslu, þekkingu og þjálfun sem fyrir lá hjá SÁÁ, var mótuð sú nýja þjónusta sem hér um ræðir. Lagt var upp með að fara hægt af stað og að leyfa þjónustunni að þróast jafnhliða því að þjónustuþörfin kæmi fram.

Sálfræðiþjónusta SÁÁ við börn fór af stað í byrjun október 2007 í umsjá sálfræðings. Til að byrja með er um eitt stöðugildi að ræða. Í upphafi var þjónustan eingöngu kynnt innan starfsstöðva SÁÁ, en hefur síðar verið kynnt helstu samstarfsaðilum samtakanna. Sú hálfárs reynsla sem komin er sýnir að þörfin er mikil eins og búist var við. Ráðgert er að víkka út þjónustuna þegar fram líða stundir svo sem með heilstæðari fjölskylduvinnu með sérstakri fræðslu, þjálfun og stuðningi fyrir foreldra, bæði í formi einstaklingsviðtala, fyrirlestra og hópavinnu. Þeir sem hafa vísað börnunum til SÁÁ eru að mestu foreldrarnir sjálfir, sem gjarnan eru að nýta sér aðra þjónustu samtakanna.

Að vera barn alkóhólista

Markhópurinn eru börn á aldrinum 8 til 18 ára, sem ekki eru sjálf byrjuð áfengis- eða vímuefnaneyslu. Börnin eiga það sameiginlegt að eiga foreldra eða forráðamenn sem eiga við áfengis- eða vímuefnavanda að stríða, hvort sem þau eru virk eða óvirk í neyslunni. Í upphafi er viðtal við börn og foreldra saman. Síðar er boðið upp á fjögur til sex viðtöl við barnið einu sinni í viku en þó er fjöldi viðtala metinn út frá aðstæðum hverju sinni. Að þeim loknum er börnunum boðið upp á vikulega hóptíma. Í hverjum hóp eru um fjögur til sex börn og er gert ráð fyrir að aldursdreifing innan hvers hóps sé um það bil tvö ár. Á tímabilinu frá fyrsta viðtali til síðasta hóptíma er gert ráð fyrir viðtölum við foreldra, með og án barna sinna. Í viðtölunum við börnin er farið yfir þætti sem snerta stöðu þeirra svo sem það að vera barn alkóhólista og áhugamál barnanna, styrkleika og veikleika í fari þeirra, tilfinningalega líðan og tjáningu, eðli fíknisjúkdómsins og þróun hans, að átta sig á eigin þörfum og hvern-

„Börn alkóhólista eru fjórum sinnum líklegri til að ánetjast áfengi eða öðrum vímuefnum á fullorðinsaldri en börn foreldra sem ekki eiga við slíkan vanda að stríða.“

ig hægt sé að sinna þeim. Í hópastarfinu er farið nánar í ofanefnda þætti með til dæmis hópverkefnum, hlutverkaleikjum og fleiru.

Eru ekki ein í erfiðri stöðu

Helstu markmið þjónustunnar eru að hjálpa börnunum að skilja betur stöðu sína, fá betri innsýn í eigin styrkleika, vinna með vonir þeirra og framtíðarsýn. Æskilegt er að þau átti sig betur á eigin líðan og þörfum og leiðum til að sinna þeim þannig að lífsgæði þeirra aukist samfara aukinni félags- og samskiptafærni, styrkari sjálfsmýnd og aukinni sjálfsvirðingu. Markmiðin eru auk þess betri skilningur á þróun og eðli áfengis- og vímuefnavanda, helstu afleiðingar og ekki síst er mikilvægt að létta af þeim þeirri ábyrgð að þau geti haft áhrif á gang sjúkdómsins og jafnvel að hann sé þeim að kenna. Þá er mikilvægt hlutverk hópvernunnar sú samkennd sem myndast í hópnum og þar með vitneskjan um að þau eru ekki ein í sinni erfiðu stöðu. Það er afar mikilvægt að þau greini á milli vanda foreldra sinna og persónu þeirra. Þau geta verið bestu foreldrar í heimi í augum barnsins þrátt fyrir vanda sinn.

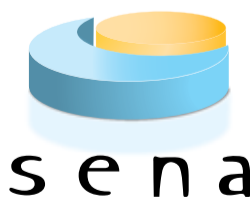
Þjónustan fer fram í VON húsi SÁÁ við Efstaleiti 7 alla virka daga frá kl. 9:00 til 16:00. Einstaklingsviðtöl eru 45 mínútur og kostar hvert viðtál kr. 1.000.-, en hópatímar í klukkustund og kosta kr. 500.-.



Til góðra verka



Eirberg



Von í Efstaleiti?

Markmið með byggingu Vonar var öðrum þræði að auka þjónustu vegna ört vaxandi vanda sem hefur skapast vegna vímuefnaneyslu ungs fólks og dagdrykkju hinna eldri. Starfsemi er ætlað að styðja aðstandendur áfengis- og vímuefnaneytenda, vinna að forvörnum meðal neytenda og áhættuhópa og veita þeim sem farið hafa í meðferð nauðsynlegan stuðning og ráðgjöf meðan þeir eru að auka félagslega færni sína svo þeir geti staðið á eigin fótum.

Réttmæti þessarar ákvörðunar er þegar staðfest. Það má sjá á hinum mikla fjölda sem sækir sér þjónustu og afþreyingu í Von. Á einu ári hafa 87.667 einstaklingar komið í Von.

Þar af fór meirihlutinn, 45.000, beint inn á göngudeild. Göngudeildarstarf SÁÁ er gríðarmikið og tekur bæði til alkóhólísta, aðstandenda, forvarna, spilafíkla og greiningarviðtala.

SÁÁ hefur byggt upp alhliða meðferðarþjónustu fyrir áfengis- og vímuefnasjúklinga og aðstandendur þeirra sem býður upp á marga valkosti. Sjúkrastofnanir SÁÁ vinna saman sem ein heild og bjóða sjúklingunum mismunandi meðferð eftir því hver meðferðarþörf þeirra er og hvaða tækifæri sjúklingar hafa. Þannig getur meðferðin verið allt frá stuttu innngripi á göngudeild upp í að vera viðamikil meðferð á Sjúkrahúsinu Vog og öðru hvoru endurhæfingarheimilinu í eitt ár með göngudeildarstuðningi og dvöl á sambyli annan eins tíma. Algengt er að fólk leiti sér fyrst upplýsinga og aðstoðar á göngudeild SÁÁ og oft er hægt að leysa vandann án þess að til innritunar á Vog þurfi að koma. Starfsmennirnir þar hafa auk þess veitt ýmiss konar þjónustu í skólum og fyrirtækjum í áruna rás. Göngudeildin býður öllum áfengis- og vímuefnafíklum mikinn stuðning og eftirfylgni eftir að þeir ljúka meðferð á Vog, Vík eða Staðarfelli. Framhaldsmeðferðin sem þar fer fram er viðamikil og mismunandi.

Úrræði í göngudeild

- Ráðgjafaviðtöl: Fyrir alkóhólísta, vímuefnafíkla og aðstandendur þeirra.
- Fjölskyldumeðferð: Annars vegar helgarmeðferð og hins vegar 4 vikur tvisvar í viku
- Batanámskeið: Ætlað fíklum
- Spilafíklameðferð: Frá föstudegi til sunnudags
- Kvinnastuðningur: Eins árs stuðningur fyrir konurnar í kvennameðferðinni
- Stuðningshópur: Daglegur stuðningshópur fyrir konur og karla og stendur yfir í 3 vikur
- Staðarfallshópur: Stuðningshópur í 3 mánuði
- M-hópur: Göngudeildarmeðferð sem stendur yfir í 4 mánuði
- Stuðningshópur aðstandenda: Fyrir aðstandendur í fjölskyldunámskeiði
- Stuðningshópur spilafíkla: Til að komast í hópinn þarf að ræða við ráðgjafa
- Kynningarfundur: Alla fimmtudaga kl.



Eftir Ara Matthíasson framkvæmdastjóra félags- og útbreiðsluviðs SÁÁ

18.00. Kynnt umfang starfs SÁÁ og veitt fræðsla um áfengissýki, aðra fíkn og meðvirkni

Rúmlega 30.000 sóttu fyrirlestra og afþreyingu af ýmsu tagi á árinu. Þar af voru um 12.000 sem sóttu skipulagt félagsstarf SÁÁ.

Dæmi úr félagsstarfinu

- Bókakynningar
- Meistaradeildin
- Félagsvist og dans
- Bridge
- Fluguhnýtingar og kast
- Kjarnakonur
- Heiðursmenn
- Golf
- Gönguhópur
- NA: Fundir og viðburðir í samvinnu við SÁÁ
- Qi-Gong
- U-hópur: Vikulegir og mánaðarlegir viðburðir

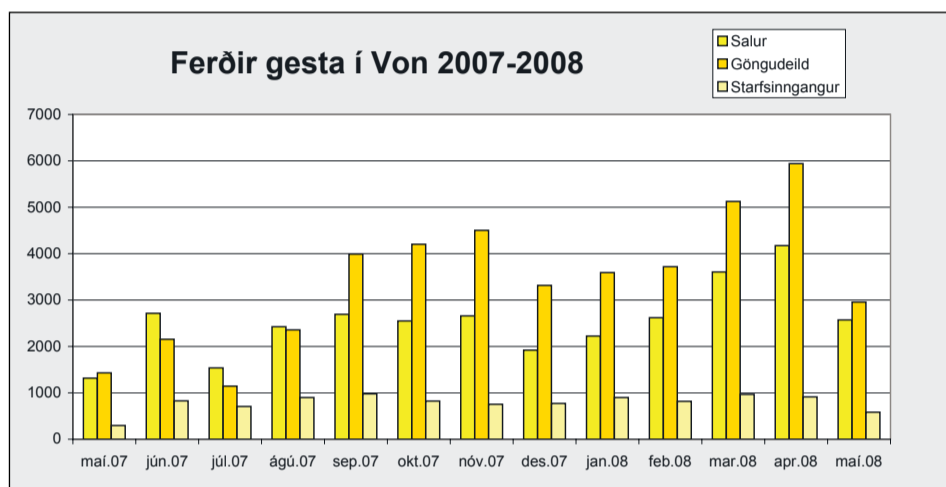
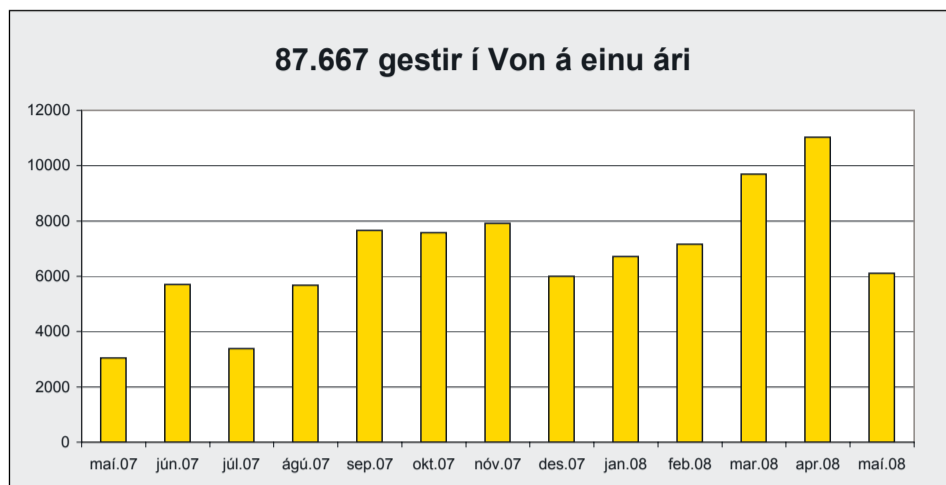
Þessi staðfesting á þörf þjónustunnar er fengin með staðlaðri talningu með rafrænum hætti þar sem talið er eftir innngöngum, bæði inn og út, hver gestur aðeins talinn einu sinni og leið hans skrásett. Það má því segja að almenningur hafi kosið tæplega 90.000 sinnum á einu ári að þörf sé fyrir göngudeildarstarfsemi SÁÁ.

Með þessar upplýsingar til hliðsjónar geta menn svo velt fyrir sér þeirri staðreynd að samninganefnd heilbrigðisráðherra hefur valið að semja ekki um kaup á þessari þjónustu. Þannig er enginn samningur um rekstur göngudeilda þó slík ráðstöfun af hálfu ríkisins geti á engan hátt verið á ábyrgð SÁÁ og samtökin verið þvinguð til rekstrar þessarar þjónustu fyrir eigin reikning.

Í 30. gr. laga nr. 27/1997 um fjárreiður ríkisins er ráðherra, í þessu tilfalli heilbrigðisráðherra, heimilt með samþykki fjármálaráðherra að gera verkefninga eða samninga um rekstrarverkefni sem undir ráðuneytið heyrir til lengri tíma en eins árs við m.a. einkaaðila, enda sé áætlað fyrir verkefni í fjárlögum. Í slíkum samningi um rekstrarverkefni skal m.a. skilgreina umfang og gæði þessarar þjónustu sem ríkissjóður kaupir, samningstíma, greiðslur úr ríkissjóði, eftirlit með þjónustu og meðferð ágreiningsmála. Samningstími skal lengstur vera sex ár í senn en þó heimilt að semja til lengri tíma ef verkkaupi gerir kröfu um að verksali byggi um kostnaðarsama aðstöðu eða búnað vegna verkefnisins.

Í lögum er ekki gert ráð fyrir þeim möguleika að samið sé við einkaaðila um að þeir annist tiltekin verkefni, en fá einungis greitt fyrir verkefnið að hluta.

Nú var áður greitt fyrir þessa þjónustu, en ekki verið tilkynnt með formlegum hætti að hana skuli aflegja eða að ekki verði greitt fyrir hana. Slíkt er þó klárlega skylda ríkisins og heilbrigðisráðherra ef



það er ætlunin, en á meðan það er ekki gert eða samið um þjónustuna virðast lögin segja að ríkinu beri að greiða fyrir reksturinn. Og það ætti auðvitað að vera sjálfsagt enda segir í stefnuyfirlýsingu ríkisstjórnarinnar, rétt árs gamalli, í kaflanum „Öflug heilbrigðisþjónusta og vímuvarnir“: „... Nauðsynlegt er að bregðast hart við aukinni vímuefnavá með öflugri fræðslu og forvörnum, stuðningi við fjölskyldur í vanda, fjölbreyttum meðferðarúrráðum og hertri löggæslu. Ríkisstjórnin leggur sérstaklega áherslu á að meðferðarúrráði séu nægjanleg fyrir þá sem ánetjast vímuefnum og tryggt sé að þjónusta á þessu sviði sé samþætt og markviss og gagnist öllum hópum sem á þurfa að halda.“

Framkvæmd þessarar stefnu er enn sem komið er eftirfarandi:

- Fækkun keypra innlagna á Vog milli

þjónustusamninga er 16% (í 1680 úr 2000)

- Keyptar innlagnir 2008 eru 75% af raunverulegum innlögnum 2007 (1680 á móti 2240)
- Opinbert framlag til SÁÁ á föstu verðlagi lækkar um 12% milli áruna 2007 og 2008
- Dregið var úr meðferð og endurhæfingu áfengis- og vímuefnasjúklinga um 20-30% á árunum 1994-2005 skv. tölum Hagstofunnar. Sá samdráttur heldur áfram.
- Ósamið er um göngudeildarþjónustu og líklegt að hún leggist af.

Miðað við þessa þörf og sókn í þjónustuna hlýtur það að vera áhyggjuefni allra hugandi Íslendinga að ekki hefur verið gerður þjónustusamningur um áframhaldandi starf.

Svipmyndir frá starfi samtakanna



Af hverju drakkstu svona mikið pabbi?

Torfi Geirmundsson rakari fór á Vog. Það breytti lífi hans. Sonurinn, **Mikael Torfason**, keyrði hann. Þeir feðgar settust niður á Hárhorninu við Hlemm, hárgreiðslustofu þess fyrrnefnda, og ræddu um drykkjuna, Votta Jehóva, félagshyggjuna, SÁÁ, fyrrverandi eiginkonur og bara allt annað en AA-samtökin. Það má ekki ræða þau, segir Torfi.

„Númer eitt þá verður að passa sig að minnast ekkert á AA-samtökin,“ segir pabbi þegar ég hlamma mér niður í stólnum hjá honum.

Úff. Ég er meðvirkur. Pabba mínum. Og ég verð að hætta því.

Af hverju drakkstu svona mikið pabbi?

„Nei. Í svona viðtali fyrir SÁÁ-blaðið verðurðu að byggja það upp. Byrja á að segja frá æskunni, fyrsta fylliriinu, hverra manna ég er og svoleiðis.“

Ætlar þú að fara að segja mér hvernig ég á að taka viðtal?

„Já,“ segir hann og sest í rakarastólinn við hliðina á mér. Við erum í hans ríki, Hárhorninu við Hlemm.

Ég er með meira en tíu ára reynslu í blaðamennsku, pabbi.

„Það er nú ekki þar með sagt að þú sért jafn góður lesandi og ég sem hef lesið blöð í yfir 50 ár.“

Af hverju drakkstu svona mikið pabbi?

„Ætlarðu í alvörunni að byrja viðtalið á því?“

Sonur hreppsómaga

Pabbi er sonur Geirmundar Guðmundssonar, frumkvöðuls og verkamanns, og Lilju Torfadóttur, húsmóður og verkakonu. Afi var hreppsómagi, komið fyrir hjá vandalausum 4 ára. Amma var svo heppin, samkvæmt pabba, að hún var í miðjum 12 systkina hópi og því dýrmætur starfskraftur. Eldri börnin voru sett í fóstur og amma látin passa þau yngri.

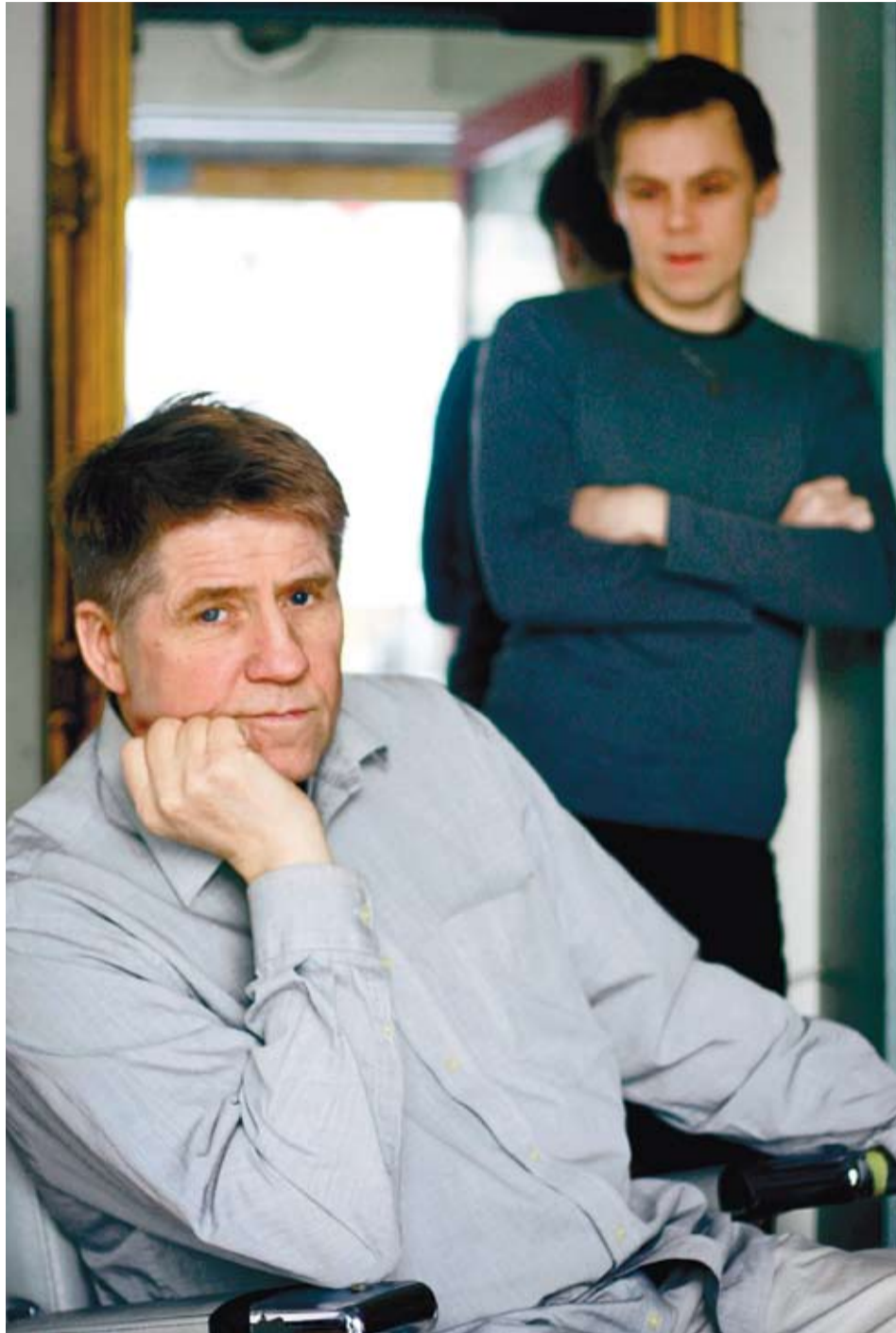
„Ég átti 8 systkini. Ég er í miðjunni eins og mamma,“ segir pabbi en báðir foreldrar hans eru látnir. „Ég ólst upp í Árbænum og var í barnastúkunni Sunnu, númer 146.“

Ókei. En af hverju drakkstu svona mikið?

„Það veit ég ekkert um,“ segir hann pirraður og horfir á mig eins og ég viti ekkert hvað ég er að gera. „Ef þú vilt vita það þá datt ég fyrst í það 1965, daginn fyrir sautjándan júní. Ég fór í blakkát og mamma og pabbi fundu mig kaldan og illa haldinn á eldhúsgólfinu heima. Við félagi minn sátum í aftursætinu á biluðum Benz og drukkum okkur út úr heiminum. Ég man að það var límmiði á mælaborðinu með ædruleysisbæninni. Félaginn sagði mér að einhver helvítis alkóhólisti ætti bílinn og við hlógum eins og vitleysingar. Meira man ég ekki.“

En þú ferð samt ekki í meðferð fyrr en þú ert hvað, 56 ára?

„Já. Ég er bara svona seinþroska. Ég hefði auðvitað átt að fara í meðferð í það minnsta 20 árum fyrr,“ svarar pabbi og ég finn að hann er sáttari við mig fyrst búíð er að koma fram hverra manna hann er ásamt sögu af fyrsta fylliriinu.



Drakk eins og kelling

Auðvitað getur pabbi ekki haft stofuna lokaða rétt á meðan viðtalinu stendur. Hún er alltaf opin. Hann vinnur á aðfangadag, gamlársdag, alla daga. Eins og bóndi. Og það kemur kúnni inn og fær klippingu. Ég sit og horfi á hann. Dáist að því hvað hann lítur vel út. Hann yngdist um 10 eða 15 ár við að hætta að drekka. Undir það síðasta bjóst maður frekar við því að hann myndi detta niður dauður en biðja mig um að keyra sig á Vog.

„Jæja. Það eru 20 ár síðan ég gerði mér grein fyrir því að ég ætti við áfengisvandamál að stríða,“ játar pabbi fyrir mér. „En síðan 1979 hef ég drukkið mikið. Taldi það lífsstíl og hluta af ákveðinni lífsnautn að drekka áfengi. Og auðvitað hafði ég fulla stjórn á drykkjunni.“

Þú varst nú alltaf á móti Vog og öllu slíku á þessum árum.

„Já, já. Ég hélt því alltaf fram að áfengisvandamál væru sprottin af aumingjaskap og agaleysi. Sjálfur drakk ég bara kokteila og fina drykki. Léttvinn með mat og kaffi, koníak og líkjöra.“

Þú hefur drukkið eins og kelling, skýt ég inn í og hann hlær.

„Jú, ég var allavega sannfærður um að ég drykki vodka í kók þá yrði ég alki.“

Hvað er það svo sem veldur því að þú ferð í meðferð?

„Bíddu við skulum klára þetta. Mér var mikilvægt að vita allan fjandann um það sem ég var að drekka. Ég lagðist í stúdíur á vínunum og vínmenningu. Las allt sem ég kom höndum yfir. Vissi til dæmis að Dom

„Ég hefði auðvitað átt að fara í meðferð í það minnsta 20 árum fyrr.“

Benedikte var talið vera fyrsti líkjörinn sem var eimaður um 1510...“

Hættu þessu! Hvað varð til þess að þú fórst í meðferð?

„Þetta viðtal snýr á hvolf,“ segir pabbi en lætur undan: „Ég fór að drekka vodka í kók og fljótlega sleppti ég kókinu og drakk vodka með morgunkaffinu. Svo ég hætti að skjálfa. Þú veist allt um það.“

Þórarinn Tyrfingsson og Einar Olgeirsson

Ég varð nánast móðursjúkur eftir að ég keyrði pabba á Vog. Hann var rólegur þegar ég kvaddi hann. Enda blindfullur. En ég var að fara yfir um. Á endanum var ég búinn að hringja svo oft á Vog að Þórarinn Tyrfingsson hringdi sjálfur til að fullvissa mig um að allt yrði nú í himnalagi. Þau ætluðu að fara vel með pabba minn á Vog.

Hvað breyttist eftir að þú varðst edrú?

„Hérna á árum áður var ég alltaf að hætta að drekka. Í einn, tvo eða þrjú mánuði. Þá leið mér æðislega. Var fullur af orku og framkvæmdagleði. Það breyttist allt. En svo taldi ég mér alltaf trú um að ég

hefði stjórn á þessu og fékk mér í glas. Þá kláraði ég flöskuna. Nú hef ég fundið rétta vopnið sem er þekking. Sem maður fær með því að lesa sér til, sækja fundi, taka þátt í félagsstarfi og vinna sínum málum.“

Þú ert náttúrulega með þennan sjúkdóm að taka þátt í félagsmálum.

„Jú,“ segir pabbi kíminn. „Ég hef alltaf verið félagshyggjumaður. Var auðvitað í barnastúkunni Sunnu, Skátunum, Iðnnemasambandinu, Fylkingunni og félögum hárgreiðslufólks. Nú er ég byrjaður að sækja félagsfundi hjá SÁÁ og taka þátt í starfinu þar.“

Hvaðan kemur þessi baktería, að vera alltaf í félagsmálum?

„Ég er bara alinn svona upp. Mamma og pabbi voru í Framfarafélagi Seláss og Árbæjar, pabbi var að auki í Sauðfjár-ræktendafélagi Reykjavíkur og mætti á alla fundi Dagsbrúnar. Okkur var sagt að steinþegja þegar Einar Olgeirsson talaði í útvarpinu.“

Saknarðu þessa tíma?

„Já. Ég held að samfélagið væri miklu betra ef fólk tæki þátt.“

Það kemur kúnni inn á stofuna og pabbi sinnir honum.

Drykkjan konum að kenna

Þegar ég horfi á pabba klippa minnir hann mig á að hann er besti maður sem ég þekki. Og án þess að ég ætli að kóa með honum má hann eiga það sem hann á. Pabbi varð ekki fáviti þótt hann drykki. Hann var fyllibytta en stal aldrei peningum eða handrukkaði. Hann kom ekki heim og rotaði mig með brennivinsflösku. Hann var góður maður þótt hann væri alkóhólisti.

Má kalla þig alkóhólisti?

„Já, já,“ svarar pabbi þegar hann kveður kúnnann og sest aftur. Ég spyr bara svona út af öllu þessu með nafnleyndina. „Ég er óvirkur alki. Ef ég fengi mér í glas myndi ég klára flöskuna. Svo einfalt er það.“

Hvort heldurðu að þú sért þrískilinn af því að þú varst fyllibytta eða leiðinlegur?

„Ja, ef ég vissi það,“ segir pabbi og glottir. Kaldhæðni hefur alltaf verið okkar sterka hlið.

Hvað með ömmu og afa, voru þau fyllibyttur?

„Nei. Mamma smakkaði aldrei áfengi og afi þinn mátti ekki drekka á heimilinu. Honum þótti gott að fá sér en mamma lét hann sofa í þvottahúsinu ef hann datt í það. Hún hafði líka mjög einfalda skýringu á því af hverju karlmenn drykkju. Það var konunum þeirra að kenna.“

Hvernig þá?

„Hún útskýrði það aldrei nánar,“ segir pabbi og bendir á að í Árbæjarhverfinu í gamla daga hafi verið fullt af fólki í óreglu. „En þetta var svo gott samfélag að ef drykkja var að rústa fjölskyldu tók annað fólk í hverfinu börnin að sér. Við vorum miklu betra fólk hér á árum áður.“

Vottur Jehóva í 6 ár

Pabbi fór úr Árbænum á sjóinn, barnaði mömmu og fór í land. Lærði hárskurð og tók þátt í starfi Iðnnemasambandsins og Fylkingunni. Lét svo skírast inn í söfnuð Votta Jehóva, hætti þar og varð nýríkur Íslendingur á niunda áratugnum. Sá tíundi er í móðu en ný öld er alsgáð.



Við pabbi í dag Pabbi hefur alltaf verið kletturinn minn. Við erum bestu vinir. Tölum saman nær daglega. Það var mér mikill heiður að fá að keyra hann á Vog. Sílk augnablik gera mann auðmjúkan.



Sjómaðurinn Pabbi var á varðskipunum í nokkur ár. Áður en hann fór að læra að vera rakari, skírðist hann inn í Votta Jehóva, varð nýríkur og fór loks að starfa fyrir SÁÁ.



Ég og pabbi 1980 Pabbi er yngri en ég er í dag á þessari mynd. Næstum fjórum árum yngri. Samt finnst mér að hann líta út eins og grískur heimsspekingur. Ekkert nema viska og gáfur. Kannski er það skeggið.

„Við höfðum eitt mottó þegar ég var í Fylkingunni,“ segir pabbi mér af því að hann vill að ég skilji það. „Og það var að verða aldrei tæknikratar eða Allaballar. Og ég hef staðið við það. Mér hefur meira að segja tekist að kjósa Sjálfstæðisflokkinn einu sinni. Sem var erfið ákvörðun.“

Hvernig fórstu svo að því að gera okkur öll að Vottum Jehóva í byrjun áttunda áratugarins?

„Ég hef alltaf verið leitandi. Þegar ég var á sjó, sem unglingur, las ég 7-8 bækur á viku. Svo þegar ég byrjaði í Íðnskólunum las ég um anarkisma og heillaðist. Um tíma vildi ég taka þátt í að stofna stéttlaust og sjálfbært samfélag á Hornströndum. Það var því ekki nema sjálfsagt að ég lægi í biblíutextum líka. Sem leiddi mig í fang Votta Jehóva. Þar var ég í 6 ár að lesa og þú líka Mikki minn.“

Og sérðu ekkert eftir þeim tíma?

„Nei. Ég sé ekki eftir neinu sem ég hef gert. Þessum 6 árum var vel varið. Ég eyddi öllum tímum í að stúdera Biblíuna. Allur minn tími fór í það. Við lágum meira að segja yfir mismunandi þýðingum og bárum saman. Fyrir utan auðvitað að þetta hélt mér alveg frá brennivíni.“

Hvað varð til þess að við hættum í Vottunum?

„Ég sætti mig ekki við kreddufastar kenningar Vottana og lét fara í taugarnar á mér að fólkið í söfnuðinum var ekki eins og ég hafði ímyndað mér kristið fólk. Það skorti umburðarlyndi og kristin kærleika.“

Pabbi er kletturinn minn

Ég og bróðir minn ólumst upp hjá pabba. Systir mín var hjá mömmu. Síðan á pabbi uppeldisson og tvo aðra syni. Pabbi hefur alltaf verið kletturinn minn. Hann er und-

arlegasti maður sem ég þekki. Það hringir kúnni og pabbi heldur ræðu um virkni háralitar. Öll efnafræðin á hreinu. Það kemur kúnni og pabbi útskýrir fyrir honum hvernig hann getur örvað hárvöxt með ákveðnu nuddi ættuðu frá Indlandi eða Tælandi. Hann er fróðleiksfíkill og teiknar æðarnar í höfuðleðri kúnnans með fingrunum.

Þegar hann sest aftur niður segir hann mér að honum líði svoldið eins og að vera aftur kominn á sjó. Hann er hérna á stofunni, edrú, og sefur í litlu herbergi í kjallaranum. Les 7-8 bækur á viku og vinnur uppi á dekki, á stofunni. Pabbi er raunverulega hamingjusamur.

Hefurðu fundið þinn Æðri mátt, eins og alknarnir segja?

„Já, ég hef fundið hann. Í austurlenskri heimsspeki, búddisma ef þú vilt kalla það því nafni. Ég trúí á fjögur grunnstef. Þú skalt ekki taka líf annarra, vera heiðarlegur, lifa siðferðislega góðu lífi og taka ekki inn efni sem láta þig brjóta hinar reglurnar.“

„Ef ég fengi mér í glas myndi ég klára flöskuna. Svo einfalt er það.“

Einu sinni kom ég til pabba og vildi fá bílinn hans lánaðan. Hann var fullur þá og bar sig ekki vel. Það kom eiginlega fát á hann og honum þótti ómurlagt að geta ekki lánað mér bílinn. Fyrir helgi hafði ungur Frakki komið í klippingu og pabbi hafði lánað honum og kerustunni hans bílinn. Þau voru nýtrúlofuð. Og pabbi bað ekki einu sinni um símanúmerið hjá honum. Hann lét hann bara hafa bíllyklana og sagði honum að þau yrði að fara í Bláa lónið og sjá Gullfoss og Geysi.

Ég hélt alltaf að pabbi hefði verið svona fullur og vitlaus. Í dag held ég að hann myndi lána Frakkanum bílinn edrú. Þannig er pabbi. Hann er besti maður sem ég hef á ævi minni kynnst.

Úr 40 fermetrum í 380

Þau voru bláfátæk, amma og afi, byrja ég en pabbi grípur frammi.

„Nei, nei. Þau voru ekkert fátæk. Þau voru barnmörg og það kallaði á blankheit en fátæk vorum við ekki. Pabbi var meira að segja atvinnurekandi um tíma. Var einn fyrsti kjúklingabóndinn á Íslandi. Rak út-

„Ég hélt því alltaf fram að áfengisvandamál væru sprottin af aumingjaskap og agaleysi.“

ungunarstöð og ætlaði að kenna Íslendingum að éta kjúkling, kalkún og gæs. Hann lenti því miður í okurlánara, sem var samt ekki jafn gráðugur og bankar í dag, sem setti hann á hausinn. Eftir það var Áki Jakobsson mest hataðasti maðurinn á mínu heimili.“

Já, en þið bjugguð öll í 40 fermetrum.

„Og mér hefur aldrei liðið betur,“ svarar pabbi, kominn í vörn. „Einn veturinn flutti bróðir hans pabba meira að segja inn á okkur með konu og þrjú börn. Hann var í Stýrimannaskólanum. Ég man ekki til þess að þann vetur hafi verið eitthvað þrengra um okkur.“

Þú varðst síðar nýríkur sjálfur, þegar við bjuggum í 380 fermetra einbýlishúsi og þú drakkst dýrt viski og enn dýrara léttvín.

„Eftirsókn eftir vindi, eins og predikarinn segir í Biblíunni. Eftirsókn eftir vindi. Þeim mun stærri hús og flottari bíla og lengri utanlandsferðir þá þráði ég alltaf 40 fermetrana í Árbænum. Ég lýg því ekki. Ef við lifðum eftir kristilegum gildum þá myndum við gefa þeim sem minna mega sín. Og fólk í 3 og 400 fermetra húsum myndi skjóta skjólshúsi yfir bræður sína. Þannig á samfélagið að vera. Við eigum ekki að vísa félagslegri ábyrgð yfir á stofnanir. Ég hafna því þótt ég sé ekkert með heiminn á herðum mér. Ég reyni bara að vera góður maður.“

Kristilegur kærleikur

Kúnnarnir sem koma inn og setjast í stólinn hjá pabba tala líka um snjóinn og Sigga storm. Ekki bara efnafræði permanent. Pabbi er inni í öllum málum. Meira að segja búinn að skrifa út stjórnuspa fyrir alla nýju borgarstjórnina. Ætla að lesa hana í útvarpsþætti sem hann er með ásamt spákonunni Sírý á Útvarpi Sögu á miðvikudögum. Ólafur F er valdasjúkur dreki samkvæmt kínverskri stjórnspeki, segir hann kúnni. Og svo er það kreppan. Hún er rædd og viðskiptavinur fær lánaða klippingu þar til næst, annar vill borga meira en pabbi rukkar og sá þriðji spyr hvort pabbi vilji frekar seðla eða kort. Hann er auðvitað á móti kortum.

„Hvar vorum við?“ spyr hann mig þegar rakarinn hefur afgreitt sitt fólk.

Voru það amma og afi sem ólu þig svona sterkt upp í kristilegum kærleik?

„Já. Þau voru yndislegt fólk. Á mínu heimili var alltaf til nóg af kjöti, pabbi hélt allt upp undir 20 kindur, og átti vini hjá Júpiter og Mars sem gáfu okkur fisk. Og maður var sendur til fólks sem átti bágt að gefa þeim í soðið. Þetta voru eldri borgarar eða furðufuglar sem við strákarnir stríddum oft á kvöldin. En daginn eftir kom maður lúpulegur með sendingu frá mömmu og pabba.“

En varstu ekkert beiskur út í moldríkt lið í Vesturbænum?

„Nei. Samfélagið var kannski stéttskipt en við bárum mikla virðingu fyrir fólki sem var vel stætt. Þótt við værum félagslega meðvituð verkamannafjölskylda glöddumst við með fólki sem átti stærra hús eða flottari bíl. Enda var það fólk miklu gjafmildara en það er í dag. Nú gefa ríkir ekki neitt nema það komi mynd af þeim í blöðunum. Þeir eru hræsnarar. Í Árbænum voru til dæmis Filipus og frú í stóra Hvíta húsinu. Þau gáfu kirtlana sem ég fermdist í og gerðu mikið fyrir samfélagið. Án þess að það kæmi í blöðunum.“

„Önnur sjúkrahús á Íslandi ættu að senda starfsfólk sitt í starfsþjálfun á Vog.“

Öryggistilfinning á Vog

Var ekkert niðurlægjandi að fara í meðferð og þurfa að játa þig sigraðan?

„Nei,“ segir pabbi. „Ég hef bara aldrei á ævi minni lent í jafn yndislegu fólki. Það var því lík öryggistilfinning inni á þessu sjúkrahúsi. Fyrstu fjóra dagana var ég mjög veikur. En eina vanlíðanin sem ég fann fyrir tengdist því að í gegnum tíðina hafði ég talað illa um Vog og þessa helvítis alkóhólísta. Mér leið illa yfir því. Ég held meira að segja að ég hafi fengið betri umönnun á Vog en þú fékkst þessi ár sem þú varst á Barnaspítala Hringins. Önnur sjúkrahús á Íslandi ættu að senda starfsfólk sitt í starfsþjálfun á Vog. Þar er andlega þættinum sinnt. Fólk fær ekki einu sinni svona góða þjónustu á Geðdeild. Vogur getur orðið öðrum fyrirmynd í þessum efnum. Ég er sannfærður um það.“

Látum það vera lokaorð. Það er kominn nýr kúnni.

Bækur & brennivín

Ekkert nýtt er að alkóhólismi skjóti upp kollinum í íslenskum bókmenntum. En aldrei sem nú. Ekki þurfti lengi að svamla um í jólabókaflóðinu síðasta til að rekast á ýmis góð dæmi þess að rithöfundar gera sér sjúkdóminn að yrkisefni: Sem dæmi má nefna nýjar bækur

þeirra **Árna Þórarinssonar, Einars Más Guðmundssonar, Þórunnar Erlu-Valdimarsdóttur, Þráins Bertelssonar og Hrafns Jökulssonar** sem lýsa því hvernig og hvers vegna Bakkus brýst inn í bækur þeirra. Nefna mætti fjölmörg fleiri dæmi úr nýjum verkum íslenskra höfunda.

Bók Einars Más Guðmundssonar, Rimlar hugans – Ástarsaga, snýst beinlínis um fíknina sem slíka. Sjálfur leitaði Einar til SÁÁ á síðasta ári vegna áfengisvanda síns og stýðst við þá reynslu við ritun bókarinnar. „Rimlarnir“ mega heita skyldulesning fyrir alla sem vilja kynna sér alkóhólisma. Einar segir alkóhólisma auðvitað alltaf hafa komið við sögu í bókmenntum aðspurður um hvað valdi því að áfengissýki og meðferðarstarf sé svo fyrirferðarmikið nú og raun ber vitni í nútímabókmenntum.

„Já, hvort heldur er í formi glöðværra uppákoma eða sorglegrar neyslu. Við getum rifjað upp bæði Nóa úr Biblíunni og Egil Skallagrímsson. Að því sögðu finnast líka mörg meistarverk um alkóhólisma á nýliðinni öld, til dæmis Hærværk eftir Tom Kristensen og lýsingar á Magnúsi í Bræðratungu í Íslandsklukkunni. Þegar ég var unglingur las ég Bakkus konung eftir Jack London. Vímuefni og skáldskapur, vímuefni og tónlist, sex, drugs and rock ‘n’ roll, Baudelaire og Rimbaud, Morrison og Hendrix. Íslenski róninn í frakkanum. Steinn Steinarr. Ég gæti endalaust haldið áfram.“

Bjartur sem þurr alki

„Að meðferðarstarf komi sterkt inn í bókmenntir undanfarinna ára og áratuga er ekkert skrytið í ljósi þess hve margir hafa nýtt sér þá hjálp og auk þess vakið forvitni þeirra sem ekki hafa gert það. Meðferð er ákveðin niðurstaða. Sögur sem enda á stofnunum eða hælum eða byrja þar. Bjargvætturinn í grasinu. Blikktromman. Á hinn bóginn er áfengisméðferð eins og við þekkjum hana í dag tiltölulega ný. AA-samtökin á Íslandi eru jafn gömul og ég. Stofnuð 1954. Ég held að áfengisvandinn sé bara verulega ágengur vandi og að í honum kristallist ansi margar spurningar varðandi lífið og tilveruna.“

Einar Már telur alkóhólisma og alka almenn fengsæl mið fyrir rithöfunda þá með tilliti til þess hversu átakamikið líf þeirra sem við sjúkdóminn stríða getur orðið. Þarna er þjáning sem vert er að skrifa um.

„Já, tvímælaust. Bókmenntirnar eru



Einar Már Guðmundsson Staðreynd að óvirkir alkóhólistar segja hver öðrum sína sögu til að hjálpa sér og öðrum.

löðrandi í brennivíni ef því er að skipta. Gamansögur, fyrsta fyllirið og svo auðvitað að þjáningin. Þannig tengist alkóhólisminn ýmsum megin umfjöllunarefnum bókmenntanna órofa böndum. Ég var til dæmis að skoða Bjart í Sumarhúsum sem þurran alka, mann sem vill ekki hjálp, sem fer sínar eigin leiðir, lifir í þráhyggju. Fjöldi höfunda hefur líka reynt að skrifa sig frá alkóhólisma, með misjöfnum árangri þó. Þá eru líka endalaus söguefni tengd drykkjuskap og alkóhólískri hegðun. Það má kannski segja að þjáningu fólks beri ekki að skoða sem efnivið í bókmenntir. Hins vegar er heldur ekki til neinn annar efniviður í bókmenntir..

Óður til hjálparinnar

Einar Már segir Bakkus ætíð hafa verið nálægan þegar hann hefur haldið um penna en með óbeinum hætti þó. En hvenær er

það þegar fyrst verður vart umfjöllunar um alkóhólisma í höfundarverki þínu?

„Þegar ég lít til baka hefur alkóhólismi alltaf verið ágennt efni, þó kannski ekkert yfirgnæfandi sem slíkt. Í fyrstu ljóðunum má finna ákveðna kaldhæðna afstöðu: gefðu mér sjúss en vertu ekkert að hafa fyrir því að segja mér ævisögu þína. Þegar maður hættir að drekka þá snýr maður þessu bara við. Söðlasmiðurinn í Eftirmála regndropanna er ákveðin lofgjörð til Bakkusar, ég sé það núna. Þá eru lýsingar á drykkjumönnum, til dæmis afinn í Fótspor á himnum og hinum fjölskyldusögnum. Ragnar sem berst í Spánarstríðinu lendir í átökum við Bakkus. Elisabet, móðir Helgu í Bítlaávarpinu situr í myrkrinu og drekkur. Ég gæti nefnt mörg önnur dæmi. Sjómennirnir úr Vængiasláttur í þakrennum, alls konar uppákomur úr Englum alheimsins. Þannig að þetta viðfangsefni hefur alltaf höfðað til mín, hvort heldur það eigi sér skýringu í því að ég er sjálfur alkóhólisti eða ekki. Í rauninni finnast mér það aukaatriði. Mín persónusköpun í skáldsögum byggir á mannskilningi. Ég hef alltaf verið upptekinn af persónum sem fara sínar eigin leiðir eða lúta í lægra haldi fyrir einhverjum öflum, nú eða sígra þau á sinn hátt. Síðasta skáldasaga mín, Rimlar hugans – Ástarsaga, er hins vegar átök við þessa þætti í sjálfum mér. Hún er líka óður til hjálparinnar og sérlega þakklát saga.“

Listamenn andlit hins stjórnlausu líferniss

Einar hefur sagt frá því að alkóhólistar í bata noti sagnaformið sér til heilsubótar. En í ljósi þess hversu margir rithöfundar hafa í gegnum tíðina þjást af alkóhól-

isma má spyrja hvort sagnamennskan sem slík geti ekki hreinlega reynst skálkaskjól fyrir virka alkóhólista? Hvort menn noti hreinlega ekki starfið sem slíkt til að fela drykkju og jafnvel að þeir afsaki alkóhólisma sinn með því að telja drykkju nauðsynlega til að viðhalda sagnaandanum?

„Þetta er ansi stór spurning eða spurningar og þeim er að mörgu leyti svarað í Rimlum hugans,“ segir Einar Már. Og heldur áfram: „Það er bara staðreynd að óvirkir alkóhólistar segja hver öðrum sína sögu og menn finna sig í sögum hver annars, tengja. Skyldleiki þessa við sigilda sagnalist er augljós. Aftur á móti eru markmiðin ekki þau sömu. Óvirkir alkóhólistar eru bara að hjálpa sjálfum sér og öðrum. Sniðmengið býr í töfrum frásagnarinnar. Skáldsaga er ekki skrifuð með slík markmið í huga, þó niðurstaðan kunni að vera að hún sé til mikils gagns og hjálpi öðrum. Sjálfur hef ég alltaf haft gaman af svona samsvörnum, til dæmis skyldleika AA-prógramsins við sagnalist, en það bara mín privat pæling, svipað og hvernig ljóðlist tengist tilgangi lífsins og þar fram eftir götum. Ég vinn á sviði þar sem ólíkir hlutir tengjast. Ég er einskonar rafvirki. Hitt málið, hvort sagnamennska hafi einhverjar alkóhólískar eigindir, eða eiginleika, þar er bara filósófía, staðhæfing sem bæði má sanna og afsanna. Eflaust má finna því stað að sagnamennska og starf rithöfundarins henti vel vinnhneigðum mönnum, og vinnhneigðir listamenn upplifa flestir að á vissu skeiði er Bakkus með þeim í liði, og þeir sem eiga stuttan feril og deyja ungir þjappa þessu saman í einn pakka, og svona mætti endalaust halda áfram, en þá er hins að gæta að fjöldinn allur af rithöfundum

„Bókmenntirnar eru löðrandi í brennivíni ef því er að skipta. Gamansögur, fyrsta fyllirið og svo auðvitað þjáningin. Þannig tengist alkóhólisminn ýmsum megin umfjöllunarefnum bókmenntanna órofa böndum.“

Brot úr Rimlum hugans – ástarsaga:

„Ég vissi ekki hvað ég hafði gert af mér en það skiptir engu máli. Ég var auðvitað alltaf að gera eitthvað af mér, en jafnvel þó ég gerði ekki neitt af mér leið mér nákvæmlega eins. Samviskubitið var alltaf eins, timbarmennirnir þeir sömu.

En þó svo að áfengi hefði þessi áhrif á mig þá langaði mig alltaf í meira. Stund-

um strax. Stundum seinna. Það gátu liðið klukkustundir eða dagar. Það skiptir ekki máli. Hugur minn var heltekinn af löngun í þennan hita, þennan eld, þessa slökun sem áfengi veitti mér, en sem var svo ekkert af þessu.

Huglæg þráhyggja heitir þetta víst á fagmáli og hún er nákvæmlega eins hjá þeim sem hneigðir eru fyrir áfengi og önnur efni. Munurinn er sá að áfengi tengist viðurkenndum athöfnum, matarboðum, boltaleikjum, grilli, sumarbústöðum, flugvélum, ráðstefnum og þar fram eftir götum á meðan ólöglegu efnin leita inn í skúmaskotin, lokuð herbergi, partý, salerni, húsasund. Það kann að vera munur á ýmsum atriðum í lífi hinna

ánétjuðu, en ekki á þráhyggjunni sjálfri.

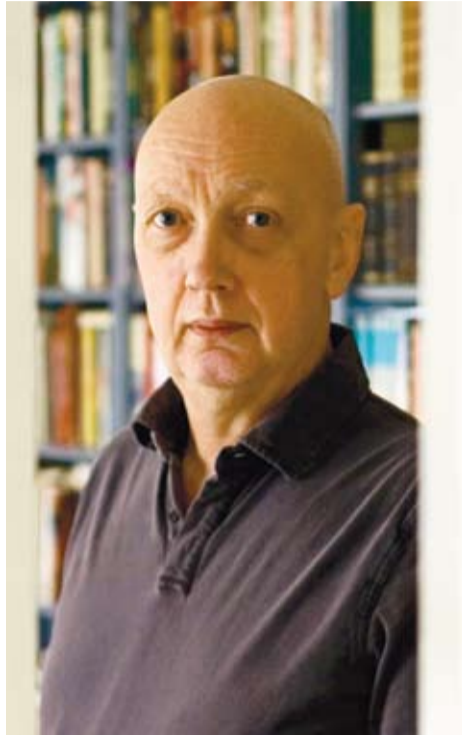
Engu að síður er þetta ástæðan fyrir því að áfengismennirnir, einkum og sérílagi millistéttin, hið vel setta fólk, á ótrúlega erfitt með að sjá stöðu sína. Á meðan reikningar eru greiddir, bíllinn stendur fyrir utan húsið, er allt í lagi, og flestir, ef ekki allir, þekkjja einhvern sem er verri en hann. Ég veit ekki hvort konur stunda þennan samjöfnuð í sama mæli og karlar, en þykir það ekkert ólíklegt. Ég hugsa jafnvel að feluleikur kvenna sé fingerðari og flóknari en hjá körlum, sem best sést á því að ef þú mætir á meðferðarstofnun hittir þú mun fleiri konur langt leiddar af pilluáti. Þá má heldur ekki gleyma að meira umburðarlyndi ríkir gagnvart

fullum körlum en konum. Full kona er bara ógeðsleg, og fullur karl er það líka, en það getur verið erfitt hjá honum í vinnunni. Afsakanirnar eru hans megin, fyrir nú utan að drykkja er karlmannleg, samkvæmt hefðinni.

Stundum, þegar ég var að drekka hugsaði ég að nú yrði ég að fara að hætta þessu, en þegar ég var ekki að drekka var ég strax farinn að hugsa hvenær ég gæti drukkið næst.

Það var einsog ég biði eftir því að eitthvað gerðist, eitthvað sem ekki yrði tekið aftur. „Einhvern tíma gerir þú eitthvað sem ekki verður aftur tekið.“ Þessi setning söng í höfðinu á mér.“

og listamönnum á ekki við neinn áfengisvanda að stríða. Alkóhólismi er ekki starfstengdur. Listamenn hafa bara orðið andlit hins stjórnlause líferniss. Það eru til drykkfelldir lögregluþjónar, múrarar, prófessorar. Ég held með öðrum orðum að sagnamennskan sem slík sé ekki skálkasjóll drykkjumannsins nema í þeim tilfallum þegar sagnamaðurinn er drykkfelldur. Eignum við ekki að segja þetta gott?“



Práinn Bertelsson Ýmsir rithöfundar hafa farið í „master-class“ í heimi vinnunnar.

Dýnamórinn í fjölmúlavíli listarinnar

„Ég fylgist skammarlega illa með íslenskum nútímabókmenntum svo að ég veit ekki hversu áberandi SÁÁ er um þessar mundir. Hins vegar hafa Íslendingar í þúsundavís fengið bót á einhverjum alvarlegasta geðsjúkdómi sem til er hjá þessu góða líknarfélagi, þannig að það kemur mér ekki á óvart að áhrifa SÁÁ skuli gæta í bókmenntunum eins og á öðrum sviðum þjóðlífsins,“ segir Práinn Bertelsson rithöfundur. Hann er að svara spurningunni hverju það sæti að alkóhólismi og meðferðarstarf er svo áberandi í nútíðar íslenskum bókum og raun ber vitni.

Práinn sendi frá sér krimmann Englar dauðans fyrir síðustu jóll og þar leikur alkóhólismi beinlínis lykilhlutverk. Kona Víkings lögreglumanns fellur eftir edrú-

tíma með skelfilegum afleiðingum. Englar dauðans eru blóðug bók og þær persónur sem fara fyrir ætternisstapann gera svo einkum og sér í lagi vegna fiknar. Aðspurður segir Práinn ekki einkennilegt að rithöfundar leiti í líf fikla því þar er sannarlega um dramatik að ræða – átök sem bjóða vissulega upp á úrvinnslu rithöfunda.

„Lífshætta vegna sjúkdóma er oft eina lífshætta sem nútímarrithöfundar kynast á eigin skinni í okkar mjúka þjóðfélagi – en einhver hætta og þá sérstaklega lífshætta er dýnamórinn í fjölmúlavíli listarinnar. Heimur vinnunnar er lífshættulegur og í honum og í meðferð SÁÁ til að bjargast frá honum hafa margir góðir rithöfundar og aðrir listamenn farið á námskeið eða öllu heldur „master-class“ í sínu fagi.“

Práinn þekkir til fiknar og meðferðarstarfs. Og hefur skoðað starfsemi SÁÁ frá ýmsum hliðum.

„Já, ég þekki starfsemi SÁÁ af eigin raun. Kynntist henni fyrst sem sjúklingur árið 1984 og seinna reyndi ég að taka þátt í starfi samtakanna. Mig hefur alltaf langað til að skrifa bók um mismuninn á reynsluheimi virks alkóhólisma og alkóhólisma sem hefur lært að halda sjúkdómi sínum í skefjum með því að halda sig frá vímuefnum. Fyrir nokkrum árum skrifaði ég handrit að sakamálaseríu sem hafði meðferð hjá SÁÁ fyrir þungamiðju. Hún heitir LÍFS-INS VATN og var síðast þegar ég vissi í

„Mig hefur alltaf langað til að skrifa bók um mismuninn á reynsluheimi virks alkóhólisma og alkóhólisma sem hefur lært að halda sjúkdómi sínum í skefjum með því að halda sig frá vímuefnum.“

athugun hjá kommissörum Flokksins hjá Ríkisútvarpinu-Sjónvarpi. Júlíus Kemp kvikmyndagerðarmaður hefur líka verið að reyna að berjast fyrir því að þetta handrit verði kvikmyndað. Kannski það opnist einhver tækifæri með þeim líknarsjóði fyrir dagskrárgerð í RÚV sem Björgólfur eigandi Moggans og Landsbankans og fyrrum formaður SÁÁ stofnaði af einstakri gjafmildi - og starfar að sjálfsögðu sjálfstætt.“



Þórunn Erlu-Valdimarsdóttir Alkar eru fengsæl mið fyrir rithöfunda – krökkt er af lífi í kringum Bakkus.

Fyllirísheimurinn blasir við öllum

Þórunn Erlu-Valdimarsdóttir sendi frá sér rómaða skáldsögu fyrir síðustu jóll, Kalt er annars blóð, og hlaut meðal annars tilnefningu til hinna Íslensku bókmenntaverðlauna fyrir verkið. Hún telur einfalda skýringu vera á því hvers vegna alkóhólismi er svo áberandi í nýjum íslenskum bókum og nú er: „Einföld skýring, held ég, bindishreyfing númer tvö í heiminum og þar með Íslandssögunni er risin undir merkjum AA. Það er smart að þurrka sig og hin stóra eftirstriðsárakynslóð þolir aldurs vegna ekki lengur að væta sig eins og innri vínþúkavóti fyrirskipar,“ segir Þórunn og telur vandamálið misstórt. Það fari eftir því hversu djúpt heillinn er forritaður Bakkusi á unglingsárunum.

„Ýmist hlaupa menn til að framkalla gleðiefnin sín, kynlífsukka – sem fæstir hafa aðstæður til, fitna eða þurrka sig á

Brot úr Kalt er annars blóð:

„Hrútur hefur verið nær alfarið fyrir sunnan síðan vetur gekk í garð, mest út af fyrir sig, er farinn að vinna aftur fyrir brauðgerð sína og sækir vel AA-fundi. Félagarnir innprenta honum þá reglu einhverrar blöndu af alþýðusálfræði og brjóstviti að rétt sé að vera einn í heilt ár eftir skilnað í stað þess að rugla sig meira með kvenfólki. Hann tileinkar sér tólf spora kerfið og sendi bæði Gunillu og Unni löng netbréf og það þær um fyrirgefningu. Í ljós kom hver var ljúfari manneskja þegar hann lagði fyrir þær þetta próf... Unnur hafði meiru að kyngja því hvað hann viðurkenndi fyrir henni framhjáaldið um sumarið á Gotlandi. Velgjörðakona hans, sænska Gunilla, skrifaði honum

„Fyrir Kalt er annars blóð þurfti ég ekki að rannsaka fyllirísheiminn sérstaklega, hann blasir við öllum sem lifað hafa temmilega frjálsum lífi.“

vegum gyðjunnar æðri sælu AA. Spikið er drjúgt því 20 kíló af súkkulaði þarf til að líða sem ástföngnum. Lúxusræfildómur veður uppi og allir hafa um nóg að hugsa fastir í eigin leiðinda neyslu-nafla.“

Alkar eru fengsælli mið en aðrir þjóðfélagshópar fyrir rithöfunda, þá með tilliti til þess að þeirra líf og lífshlaup þeirra einkennist af meiri átökum og sviptingum. „Krökkt er af lífi kringum Bakkus og birtan af svipaðri stærð og skugginn sem hann varpar. Hvað væri íslenska þjóðin stór hefði hans ekki notið við? Fegurðin er ýkt sem ljótleikinn, mikið líf í hans hirð, nymfur og alls skyns skógardýr. Ómælanlegar fórnirnar eru rétt eins og glamparnir gott stöff í sögur.“

Þórunn segist hafa skoðað alkóhólisma utan frá í tengslum við ritun bóka sinna en ekki sérstaklega í tengslum við ritun Kalt er annars blóð. „Ég hlusta mér til sálhjálp á AA stöðina, því gott er að liggja á sínu græna eyra við róandi niðinn. Fyllibyttu-sögurnar eru ögrandi úr Ameríku, nístandi snilld inn á milli. Ég fantaseraði í skáldsögunni Hvíti skugginn (2002) um játningafunda-kerfi fyrir alla, gerði Hljómskálann að stóru fundahúsi. Opinberar skriftir voru við lýði í kristninni framan af þar til Írar fundu upp einka-skriftir, sem breiddust út þegar írsk kristni vann heiðin meginland Evrópu. Í frjálsum kerfi er eitthvað dásamlegt við að koma með allt út úr skápnum, viðra syndirnar ... því allt er synd á Flateyri. AA hreyfingin er auk þess stórmerkileg trúarleið fyrir fólk sem á erfitt með kerfið lútherska frá Litlu-Asíu, sem er skyldara Íslam og Gyðingdómi en margir muna. Fyrir Kalt er annars blóð þurfti ég ekki að rannsaka fyllirísheiminn sérstaklega, hann blasir við öllum sem lifað hafa temmilega frjálsum lífi.“

Brot úr Englum dauðans:

„Á einum sólarhring var allt gjörbreytt. Konan sem hann elskaði og treysti, besti vinur hans í veröldinni, var andstæðingur hans. Ósannsógu, undirförlu, óútreiknanleg. Nei, Þórhildur var ekkert af þessu. Í augnablikinu var hún öðruvísi en hún átti að sér að vera. Hún var veik og hans hlutverk var að hjálpa henni. En hún viðurkenndi ekki að hún væri veik og þaðan af síður að hún þyrfti á hjálp að halda. Ef hann bannaði henni að fara í vinnuna og léti hana gangast undir lyfjapróf jafngilti það brotttrekstri ef lyfjaprófið sýndi jákvæða niðurstöðu. Hans hlutverk var ekki að brjóta hana niður heldur vernda hana og styðja. Eigi að síður var það atvinna hans að fylgjast með því að allir undirmenn hans störfuðu lögum samkvæmt. Að

hylma yfir brot einhvers undirmanns í starfi var slæmt. Að hylma yfir embættisafglöp eiginkonu sinnar var ófyrirgefningulegt.

Hann reyndi að hugsa skýrt. Þórhildur var óvirkur fikill. Þegar hún byrjaði í neyslu varð hún virkur fikill sem krafðist fikniefna. Fikill með fikniefni er sjúklingur með sjúkdóm sem kemur honum til að brjóta lög og sá sem hjálpar slíkum sjúklingi gerir sig sekan um yfirhlymingu og lögbrot.

Að hjálpa ekki eiginkonu sinni þegar hún er veik og kann ekki fótum sínum forráð er rangt og lítillmannlegt.

Hann sturtaði niður úr klósettinu svo að duftið og pillurnar hurfu. Með einu handtaki hafði hann eytt sönnunargögnum sem hefðu getað kostað konuna hans og hann sjálfan stöðumissi.

Spilling?
Þegar nauðsyn brýtur lög...“

(Bls. 135 – 136)
JPV, Reykjavík 2007

til baka og hringdi svo í hann. Það var algjört ljós í ömurlegri tilveru hans að heyra rödd hennar. Óhemjugott er að sættast við sjálfan sig á þennan hátt, bækurnar fara þar ekki með fleipur, hann hefði ekki trúað því. Hann heyrði lítið af Unni, nema einhver sagði að fjármál hennar væru öll í klessu, hann á erfitt með að hugsa hlýlega til hennar en reynir sitt besta. En því fegnastur að vita sem minnst af henni.

Gat ég farið betur með þetta líf? spyrr hann sjálfan sig og veit að hann hefur ekki svárið. Get farið betur með það sem eftir er, vonandi, örugglega, ef ég bara fylgi þessum ágætum reglum. Hann sér í kringum sig á fundunum og í pontu fólk sem ljómar af lífsfyllingu og ánægju, fólk sem var bölvad þak og úrhrök samfélags og dómkerfis.“

(Bls. 323)

Kalt er annars blóð
– skáldsaga um glæp
JPV útgáfa, Reykjavík, 2007

Fíkn miðlæg í glæpaplottum

„Alkóhólismi og fíkn eru í fyrsta lagi miðlæg í sögunum um Einar blaðamann vegna þess að upprunalega hugmyndin að honum fyrir tæpum fimmtán árum var að flytja erkitýpuna „drykkfellað spæjarann“ úr harðsoðnu amerísku krimmahefðinni og reyna að planta henni í íslenska jörð,“ segir Árni Þórarinnsson sem sendi frá sér Dauða trúðsins fyrir síðustu jól. Þar er Einar blaðamaður í aðalhlutverki en hann hefur í gegnum bóka-röð Árna þróað með sér sinn alkóhólisma. Dauði trúðsins er fimmta bókin um Einar blaðamann. Árni greip til þess vel heppnaða ráðs á sínum tíma að vísa í erlend dægurlög í titlum bóka sinna en titill nýjustu bókar hans vísar einnig til þekkts hugtaks í alkafræðum. Árni útskýrir hvernig Einar, alkóhólisminn og amerísk krimmahefð aðlagast smám saman aðstæðum okkar, þroskaðist og þróaðist í sagnanna rás:

„Í fyrstu bókinni, Nóttin hefur þúsund augu, er drykkjuskapurinn svo geigvænlegur að Einar lifir súrrandi alkalífi og velkist gegnum rannsókn sem í raun snýst um hans eigin uppruna án þess hann viti af því fyrr en í lokin. Í annarri bókinni, Hvítu kanínunni, verður hann að halda nokkuð í hemilinn því hann ber ábyrgð á dóttur sinni í sumarfrii, klúðrar því og missir hana inn í undirheima misnotkunar og vímuefna, sem þó virðist tímabundin. Í þriðju sögunni, Blátt tungl, leiðir rannsókn á mannhvörfum Einar á slóðir þunglyndis með þeim árangri meðal annars að hann kemst að sannleika um sjálfan sig í því samhengi. Með fjórðu sögunni, Tíma nornarinnar, hefur Einar reynt að horfast í augu við fíkn sína og sálrænar ástæður hennar og hætt að drekka. Á sama tíma snýst sakamálarannsóknin sjálf um gerendur og þöndur í fíkniefnaheiminum og í fimmtu sögunni, Dauða trúðsins, er annar flötur á þeim samskiptum til skoðunar þegar rekur á fjörur Einar persónu, og reyndar persónur, sem eru eins og hann hefði getað orðið ef hann



Árni Þórarinnsson Alkóhólismi söguhetju hans, Einar blaðamanns, blandast amerískri krimmahefð með eftirminnilegum hætti.

hefði ekki tekið ákvörðun um annað, það er fólk sem hefur farið í hundana, nánar tiltekið fíkniefna-hundana. Svo er að sjá hvað gerist næst.“

Þetta er, að sögn Árna, það sem snýr að sögumanni bókanna, Einsa kalda. Hvað varðar alkóhólisma almennt sem yrkisefni og fengsæl mið fyrir rithöfundu, og þá ekki síst þá sem skrifa krimma, segir Árni svo vera að fíkn og fíkniefni hljóti að vera miðlæg í glæpaplottum sjálfum. „Vegna þess að fyrir liggur sú staðreynd að samfélagið er gegnsýrt af misnotkun þessara efna og að meirihluti alvarlegra glæpa, þar á meðal ofbeldisglæpa, er runninn af þeirri rót. Þegar kemur að því að sviðsetja glæpasögu í íslenskum samtíma eru þessir áhrifavaldar því sterkir vegna þess að þeir bjóða bæði upp á mannlegt drama og auka trúverðugleika krimmans.“

Árni segist hafa lagst í töluverða rannsóknarvinnu þegar hann skrifaði Dauða trúðsins hvað varðar alkóhólisma og meðferðarstarf. „Bæði með samtölum við ýmsa sem til þekkja og lestri um alkóhólisma og meðferðarstarf. Hins vegar hef ég í gegnum sagnaflokkinn um Einar blaðamann notið almennra kynna af okkar umhverfi, ýmsu fólki, uppakomum og reynslu sem lífið hefur fært manni gegnum tíðina. Sjálfur hef ég haft gaman af því að „fá mér í glas“ og hef enn. Afengi hefur ekki, hvað þá aðrir vímuegjafar, verið sérstakur bólvaldur í mínu persónulega lífi. En ég er mjög meðvitaður um hættunarnar sem leynast í „gleðigjafanum.““

„... samfélagið er gegnsýrt af misnotkun þessara efna og að meirihluti alvarlegra glæpa, þar á meðal ofbeldisglæpa, er runninn af þeirri rót.“

Brot úr Dauða trúðsins:

„Jæja, Einar?“ segir Friðrik, sem varla hefur litið af mér þótt aðrir hafi haft orðið.

Ég hef reynt að nota tímann til að setja saman aðgerðaráætlun. Hún lét á sér standa.

„Ég breyttist smám saman úr gleðimanni í drykkjumann,“ er fyrsta lendingin.

Hópurinn horfði á mig fullur samúðar.

Ég finn hvernig losnar um málbeinið. Ég segi söguna af því hvernig áfengið varð bjargvættur minn frá komplexum og feimni kynþroskans, gerði mig að glaðbeittum bóhem og flagara í menntaskóla, flæmdi mig frá lögfræðinámi í háskóla, og varð eldsneyti mitt í

blaðamennskunni, í senn lífstill og leið til að vera snuðrandi og snapandi um refilstigu löggufréttanna. ÉG segi frá því hvernig ómarkviss leit af sjálfum mér leiddi mig dýpra og dýpra inn í tómarúm, hvernig flæktur uppruni minn varð með einhverjum óljósum hætti til þess að ég fann á ný dótturina sem ég hafði vanrækt og hvernig kynni mín af þunglyndi annarra urðu til þess að ég áttaði mig á eigin líðan. Og síðast en ekki síst hvernig þungu fargi var af mér létt þegar ég hætti að drekka. En féll.

Þegar ég hef lokið sögunni líður mér í raun eins og þungu fargi sé af mér létt. Svo rennur upp fyrir mér að ég fór ómeðvitað úr dulargervinu. Ég sagði þeim frá starfi sem varð líf mitt, ekki síður en áfenginu sem það tók yfir.”

(bls. 253-254)

Dauði trúðsins, JPV, Reykjavík, 2007

Þökkum veittan stuðning

Garðabær

Fagval ehf, Smiðsbúð 4
Garðabær, Garðatorgi 7
Hurðaborg ehf, Sunnuflöt 45
Ísafoldarprentsmiðja ehf, Suðurhrauni 1
Kompan ehf, Skeiðarásí 12
Loftorka Reykjavík hf, verktaki, Miðhrauni 10
Manus ehf, Smiðsbúð 7
Marel Food Systems hf, Austurhrauni 9
Verslunin 10 - 11, Lyngásí 17
Þakmálun ehf, Skeiðarásí 10

Hafnarfjörður

Ásklif ehf, Eskivöllum 7
Blendi ehf, Íshelli 5
E.S. vinnuvélar ehf, Ölduslöð 32
Fínþússning ehf, Rauðhelli 13
Hagtak hf, Fjarðargötu 13-15
Hlaðbær-Colas hf, malbikunarstöð, Gullhelli 1
Hótel Hafnarfjörður, Reykjavíkurvegi 72
Lerkiverktakar ehf, Skúlaskeiði 26
PON-Pétur O Nikulásson ehf, Melabraut 23
Sigrún Óla arkitekt FAÍ www.solark.is s: 861-2707, Hraunbrún 31
Skörungar ehf, Melabraut 24
Verkalýðsfélagið Hlíf, Reykjavíkurvegi 64

Bessastaðahreppur

Ferskfiskur ehf, Bæjarhrauni 8

Reykjanesbær

Ásmundur Sigurðsson, vélsmiðja, Grænásí 2

Fitjavík ehf, Fitjum

Hitaveita Suðurnesja, Brekkustíg 36
Reiknistofa fiskmarkaða hf, Iðavöllum 7
Toyota, Reykjanesbæ, Njarðarbraut 19
Varmamót ehf, Framnesvegi 19
Verkalýðs- og sjómannafélag Keflavíkur og nágrennis, Hafnargötu 80
Verslunarmannafélag Suðurnesja, Vatnsnesvegi 14

Grindavík

Veidafæraþjónustan ehf, Ægisgötu 3
Þorbjörn hf, Hafnargötu 12

Garður

Sveitarfélagið Garður, Sunnubraut 4

Mosfellsbær

Burstafell ehf, Flugumýri 30
Dalsgarður ehf, Dalsgarði 1
G.K. Viðgerði ehf, Flugumýri 16c
Gylfi Guðjónsson, ökukennari, sími 6960042, Tröllateig 20
Ísfugl ehf, Reykjavegi 36

Kjósarhreppur www.kjos.is

Nýja bílasmiðjan hf, Flugumýri 20
Vatnsverk ehf, pípulagnir, sími 896-2636, Engjavegi 6

Akranes

Grunnskólinn, Espigrund 1
GT Tækni ehf, Grundartanga

Íslenska járnblendifélagið hf, Grundartanga

Runólfur Hallfredsson ehf, Krókatúni 9
Vélaeiga Halldórs Sigurðssonar ehf, Smiðjuvöllum 10
Viðskiptaþjónusta Akraness ehf, Stillholti 23

Borgarnes

EuroFRAN ehf, Klettavík 1
Kvenfélag Stafholtstungna
Sparisjóður Mýrasýslu, Digranesgötu 2
Tannlæknastofa Borgarness Ár. Jónsson og Anna Gerður, Skallagrímögötu 1
Tannlæknastofa Hilmis ehf, Berugötu 12
Verkalýðsfélag Vesturlands, Sæunnargötu 2a
Reykholt
Garðyrkjustöðin Varmalandi, Reykholtssdal

Stykkishólmur

Denni SH-52, Borgarflöt 3

Grundarfjörður

Berg - vélsmiðja ehf, Ártúni 4
Kvenfélagið Gleym-mér-ei, Sæbóli 3
Þjónustustofan ehf, Grundargötu 30

Ólafsvík

Ferskur ehf, Ennisbraut 10

Hellissandur

KG Fiskverkun ehf, Melnesi 1
Kristinn SH-112, Háarifi 53
Nónvarða ehf, Bårðarásí 6

Ísafjörður

Bæjarskrifstofur Ísafjarðarbæjar, Hafnarstræti 1
Skipanaust ehf, Suðurgötu 6
Spýtan ehf, Hjallavegi 11
Stúdíó Dan ehf, Hafnarstræti 20

Hnífsdalur

Hraðfrystihúsið - Gunnvör hf, Hnífsdalsbryggju

Bolungarvík

Vélvirkinn sf, Hafnargötu 8

Suðureyri

Berti G ÍS-161, Eyrargötu 4

Patreksfjörður

Albína verslun, Aðalstræti 89
Vesturbyggð, Aðalstræti 63

Tálknafjörður

Eik hf, trésmiðja, Strandgötu 37
Tálknafjarðarhreppur, Miðtúni 1

Staður

Allinn, veitingahús, Gránufélagsgötu 10

Hólmavík

Kaupfélag Steingrímsfjarðar, Höfðagötu 3

Kjörvogur

Hótel Djúpavík ehf, Árneshreppi

Að gefast aldrei upp

„Það væri ofmælt að segja að bókin fjalli um alkóhólisma, þó hann komi við sögu í þremur köflum af þrjátíu og þremur,“ segir Hrafn Jökulsson rithöfundur. Hrafn sendi frá sér fyrir síðustu jól bók sem heitir „Þar sem vegurinn endar“, persónulega og sterka bók sem hlaut frábæra dóma. Hrafn hlífir sér hvergi og segir meðal annars af glímu sinni við Bakkus. Sú rimma hefur staðið lengi og í bókinni er eftirminnilegur kafla þar sem segir af því þegar Hrafn fór alla leið til Manitóba til að takast á við fíkn sína. „En þetta var ekki bandarískt alríkisfangelsi heldur AFM. Addiction Foundation of Manitoba. Meðferðarstofnun Manitóba,“ segir í bókinni.

Hrafn vill þó ekki meina að bókin hverfist um alkóhólisma þó hann komi við sögu. „Í mínum huga fjallar þessi bók um bernskuna, söguna, fólk sem skiptir mig máli og stöku atburði á víð og dreif um fremur viðburðaríka ævi. Bókin er óður til sveitarinnar minnar, Árneshrepps á Ströndum, en ég sveifla mér um tíma og rúm – frá 9. öld til þeirrar 21. – og segi frá landnámsfólki, alþýðuhetjum, galdra-



Hrafn Jökulsson Hrafn í Trékyllisvík á Ströndum, sem er þungamiðja bókarinnar Þar sem vegurinn endar. Með Hrafini á myndinni er Óskar músabani.

mönnum, niðursetningum og höfðingjum. En líka frá serbneskum vígamönnum, karli föður mínum og dásamlegum indíánnum sem ég kynntist í meðferð í Kanada. Fyrst

og fremst er sagan þó innblásin af ástinni.“

Já, meðferð í Kanada og meðferð á Íslandi einnig. Hrafn þekkir alkóhólisma af eigin raun:

„Ég kynntist starfi SÁÁ skömmu eftir tvítugsafmælið mitt. Ég held að ég fari rétt með að ég hafi komið á Vog í fyrsta sinn á afmælisdegi Churchills, 30. nóvember, árið 1985. Síðan hefur gengið á ýmsu, stundum hef ég ekki bragðað vín í nokkur ár og stundum hef ég verið býsna hætt kominn. Aðalmálið er að gefast aldrei upp, það er heilræði sem ég hef bæði frá Churchill og Þórarni Tyrffingssyni.“

„Aðalmálið er að gefast aldrei upp, það er heilræði sem ég hef bæði frá Churchill og Þórarni Tyrffingssyni.“

fullan af bakviðliggjandi gleði. Datt bara í hug ljóðbrot eftir þjáningarbróður okkar Edgar Allan Poe í kvæðinu Annie:

Thank Heaven! - the crisis -
The danger is past,
And the lingering illness
is over at last -
and the fever called „Lirring,“
is conquered at last.

Og Bragi heldur áfram: Kannski daldil úteysk bjartsýni að tengja svona, kannski eru það jólin sem gera suma svona bjartsýna. En einsog skáldið Jónas Svafar sagði í kvæðinu Sjálfsgagnrýni – og eiginlega er öll heimsins speki í því fólgin: Afleiðingarnar leita orsakanna meðal tækifærunna.

Við Bragi frændi erum frá Útey.
Ég get svarað með annarri tilvitnun í Jónas:

Og sumir eru allt sitt líf
að leita að dósahníf.

Ég er fljótur að eignast vini meðal indíánanna á AFM. Reyndar er þetta einsog að hitta gamla vini eftir langan aðskilnað. Og aðdáun mín á frumbyggjum norðursins óx enn við kynni af þeim sómamönnum á AFM. Þeir minntu mig á Eirík rauða, grænlenka bóndann í Brattahlíð, og Kristín á Dröngum, í senn gamansamir og djúpvitir, og virtust búa að fornum sálarfriði. Þeim liggur aldrei hátt rómur, maður þarf að leggja við

eyru til að heyra ræður þeirra á mannfundum.

Orðskviður indíána: Til að draumur rætist þarf maður fyrst að láta sig dreyma.

Ég sit á skrifstofunni hjá Ken ráðgjafa. Á veggjunum hanga hinar ýmsu diplómur. Ofan á skjalaskápnum eru pottablóm. Fyrir utan gluggann teygir gamalt tré úr sér. Ég hugsaði: Það er óhugsandi að veröldin sé óskipulagt kraðak, sprottið úr engu og til einskis. Þetta tré er augljós sönnun.

Afi Jakob sagði mér að þegar hann var 17 ára hefði hann komist að þeirri niðurstöðu að hann yrði örugglega drykkjumaður ef hann bragðaði vín. Svo afi bragðaði einfaldlega aldrei vín. Faðir hans og langafi minn, séra Jón Finnsson, var drykkfelldastur allra skólasveina í lærða skólanum á ofanverðri 19. öld, en skrúfaði svo tappann fastan í flöskuna. Langafi þótti góður og kærleiksríkur prestur, og brúðlaði ekki með orð.

Á dánarvottorði föður míns stendur eitthvað latneskt heiti á hjartabilun eða kransæðastíflu, en auðvitað dó hann úr alkóhólisma.

Ég drakk í fyrsta skipti þegar ég var 12 ára og þá svolgraði ég viski af stút, af slíkum ákafa að það fer ávallt um ósjálfráður hrollur um mig þegar ég rifja það upp.

Þar sem vegurinn endar
Útgefandi: Skuggi,
Reykjavík, 2007



Af hverju kaupir þú Álfinn?



„Ég tel að SÁÁ hafi komið mörgum til hjálpar, bæði sjúkum og aðstandendum og tel það fulla ástæðu til að kaupa Álfinn. Mín ósk er að SÁÁ geti áfram sinnt sínu mikilvæga starfi.“

Ástrós Gunnarsdóttir
danshöfundur og dansari.



„Ég held að sérhvert mannsbarn viti hvað SÁÁ gegnir mikilvægu hlutverki. Ég hef kynnt starfsemi samtakanna gegnum vini og vandamenn sem hafa leitað til þeirra og fengið ómetanlega hjálp. Ég ber mikla virðingu fyrir samtökunum og því fólki sem þar starfar.“

Ólafur Jóhann Ólafsson
rithöfundur og athafnamaður.



„Ég kaupi Álfinn vegna þess að það þarf að styrkja það góða starf sem unnið er í SÁÁ. Áfengis- og vímuefnavandi er nokkuð sem allir þekkja eitthvað til, einhver mesta vasa sem til er. Þetta eyðileggur svo margar fjölskyldur og tekur mörg líf. Aldrei má sofna á veröldinni við að reyna hjálpa þeim sem eru að glíma við þann mikla vanda. Tökum einn dag í einu, þannig virkar það. Áfram SÁÁ...“

Regína Ósk söngkona



„Álfinn góða kaupir ég til að leggja þó ekki sé nema örflítið lóð á vogarskálina í baráttunni gegn mesta meini aldarinnar. Barátta SÁÁ hefur bjargað fjölda mannlífa og á þeim bæ eru menn stöðugt að. Góður maður sagði eitt sinn að vinið væri skemmtilegur ferðafélagi en ömurlegur fararstjóri. Ég læt litla Álfinn minna mig á það. Með baráttukveðju.“

Jón Ársæll Þórðarson
sjónvarpsmaður



„Ég vil styðja samtök sem berjast með áhrifa- og árangursríkum hætti gegn jafn alvarlegu heilsufarsvandamáli sem áfengis- og vímuefnavandinn er. SÁÁ eru frjáls félagsamtök sem hafa sinnt þessu erfiða verkefni af kostgæfni. Því vil ég styrkja og veita SÁÁ liðsinni mitt með því að kaupa Álfinn.“

Þorgerður Katrín Gunnarsdóttir
menntamálaráðherra



„Það er mikilvægt að styðja starfsemi eins og SÁÁ sem vinnur þjóðþrifaverk. Margt smátt gerir eitt stórt og verkefni SÁÁ eru mikilvæg í okkar samfélagi. Og fyrir utan það er ég svo mikill álfur, að ég styð alla álfa sem ég sé.“

Þórunn Sigurðardóttir, listrænn stjórnandi Listahátíðar í Reykjavík

actavis
hagur í heilsu

samskip

HERRAFATAVERSLUN
BIRGIS
FÁKAFFENI 11 • 108 REYKJAVÍK • SÍMI 553 1170

ÍSTAK



PIZZERIA
Café Bleu
BRASSERIE

ÍSLENSK ERFÐAGREINING

KPMG



ALPÝÐUSAMBAND ÍSLANDE

Villi Valli ehf

Hvammstangabraut 33
530 Hvammstanga

Stelpurnar okkar!

Já „stelpurnar okkar” standa sig vel í boltanum og við erum stolt af þeim. Við höfum líka fengið margar frábærar íþróttastelpur í meðferð á Vog því fíknsjúkdómurinn spyr ekki um atgervi, hæfileika frekar en persónuleika eða gáfur.

En hvað með stelpurnar okkar sem hafa komið á Vog?

Við höfum fylgst með innlögnum ungs fólks á Vog og allra síðustu árin hefur heldur dregið úr innlögnum úr yngsta aldursþópnum. En það segir ekki alla söguna. Þegar betur er að gáð, kemur í ljós að stúlkum úr þessum hópi innlagna, hefur í raun ekki fækkað.

Allt frá upphafsárum SÁÁ hafa unglingar, 19 ára og yngri, lagst inn til meðferðar vegna fíknsjúkdómsins, með vanda af áfengi og öðrum vímuefnum. Eftir 1995 urðu miklar breytingar í heimi vímuefnaneyslunnar og ólögleg vímuefni urðu mun algengari. Sjá skyggnu 1.

Kannabisneysla hefur aukist stutt og stöðugt síðan þá, neysla örsvandi vímuefna (amfetamíns, kókaíns og ecstasy) eykst ár frá ári og er í dag orðin geigvænleg. Sjá skyggnu 2.

Um leið jukust innlagnir unglínga, og nýkomufólk á Vog varð flest úr hópi þeirra yngstu. Sjá skyggnu 3.

Í kjölfarið var hafin Unglingameiðferð hjá SÁÁ og ný sérstök unglingadeild opnuð á Vog árið 2000. Eftir 2002 fór þessi þróun að snúast við og heldur dró úr innlögnum unglínga, bæði fyrstakomur og endurkomur. Sjá skyggnu 4 og 5.

En þó ekki unglíngsstúlkna. Í heildina hefur hlutfall kvenna í innlögnum á Vog aukist og undanfarin ár verið um þriðjungur. Þegar horft er á kynskiptingu í heild er 1 kona á móti 2 körlum í meðferð á Vog. Þetta er svipað því sem þekkist annars staðar. Kannski endurspeglar þessi hlutföll algengi sjúkdómsins meðal kynjanna, eða kannski endurspeglar þau aðeins hvernig kynin skila sér í meðferð. Kannski konur komi síður til meðferðar eða vandi þeirra sé faldari eða þær hafi meiri skyldu- og síðferðisramma sem gerir þróun sjúkdómsins öðruvísi. Ef við lítum hins vegar til unglíngsstúlkna, fáum við annað hlutfall milli drengja og stúlkna.

Sum árin eru kynin nálægt því að vera í jöfnum hlutföllum. Sjá skyggnu 6.

Undanfarin ár þegar dregið hefur úr innlögnum unglínga, hefur það í raun verið aðeins úr innlögnum unglíngsdrengja. Innlagnir unglíngsstúlkna hafa í raun staðið í stað. Úr hverjum fæðingarárangangum hafa komið um 3% af stúlkunum á Vog fyrir tvítugsaldurinn, en rúm 4% drengjanna. Þetta er að sjálfsögðu áhyggjuefni. Þetta er breyting sem óvíst er hvert leiðir. Unglíngsstúlkur sem koma í meðferð á



Eftir Valgerði Rúnarsdóttur lækni hjá SÁÁ

„Unglíngrstúlkum í vímuefnaneyslu er margvísleg hætta búin. Þær eru oft en ekki í sambandi við sér eldri drengi eða menn. Þær eru háðar öðrum með framboð á vímuefnum.“

Vog eru langflestar í blandaðri fíkniefnaneyslu. Sjá skyggnu 7, 8 og 9.

Þær reykingar nær allar sigarettur. Dagleg kannabisneysla er algengasta aðalgreiningin. Áfengi og örsvandi vímuefni eru oftast nær fylgífiskar. Ýmsar töflur; örsvandi lyf, róandi lyf og verkjalyf, eru stundum stór hluti vandans hjá stúlkum. Þær hafa þá myndað þol og hafa margvísleg geðræn einkenni í fráhröfnum. Sumar hafa þróað fíknina hratt og farið að sprauta vímuefnum í æð með tilheyrandi fylgífiskum, bakteríusýkingum og lifrabólguveirusýkingum.

Mæðrum framtíðar hætta búin

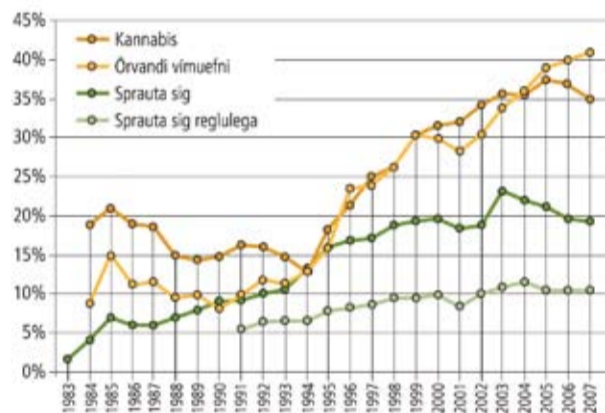
Unglíngrstúlkum í vímuefnaneyslu er margvísleg hætta búin. Þær eru oft en ekki í sambandi við sér eldri drengi eða menn. Þær eru háðar öðrum með framboð á vímuefnum. Áhrif vímuefnanna og fíknsjúkdómurinn þróar margvíslegar afleiðingar þar sem skynsemin lýtur lægra haldi fyrir

fíkninni og dómgreindin slævist. Aukin hætta er á kynsjúkdómum og ótímabærum þungunum. Margvíslegar félagslegar afleiðingar fylgja. Áhrif á skólagöngu og vinnu, tengsl við fjölskyldu raskast, fíkniefnaskuldur og skuldbindingar þeim tengdar geta verið umtalsverðar. Margar eru fljótt komnar í kast við lögin. Slys- og lífshættur eru nær þessum hópi.

Þróun síðustu ára, þar sem við sjáum aukningu í innlögnum unglíngsstúlkna og að þær koma nær til farns við unglíngsdrengi, ætti að vekja okkur til umhugsunar. Bæði í forvarnaraðgerðum sem og nálgun í meðferð og hvernig þeirra þörfum er best sinnt. Þetta er viðkvæmur aldur og vísbendingar sem þessar ættu að halda okkur öllum á tálum, fyrir stelpurnar okkar, konur og mæður framtíðar.

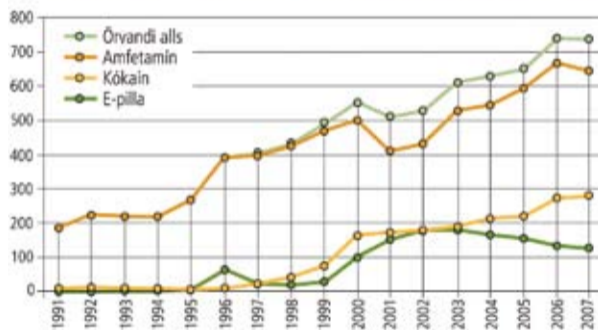
Skyggna 1.

Hlutfall vímuefnafíkla á Sjúkrahúsinu Vogu 1983-2007



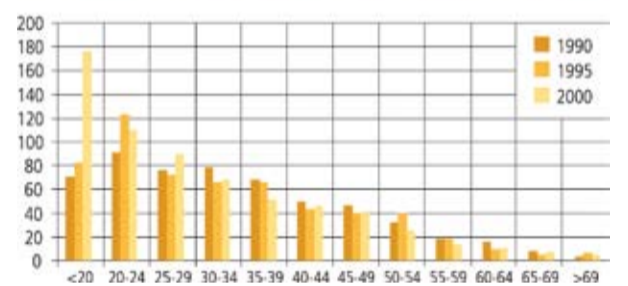
Skyggna 2.

Fjöldi örsvandi vímuefnafíkla á Sjúkrahúsinu Vogu 1991-2007



Skyggna 3.

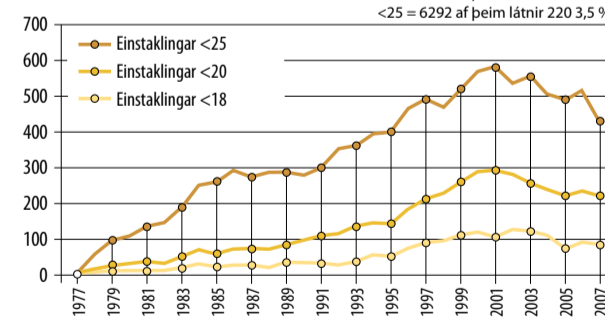
Aldursdreifing nýliða á Sjúkrahúsinu Vogu 1990, 1995 og 2000



Skyggna 4.

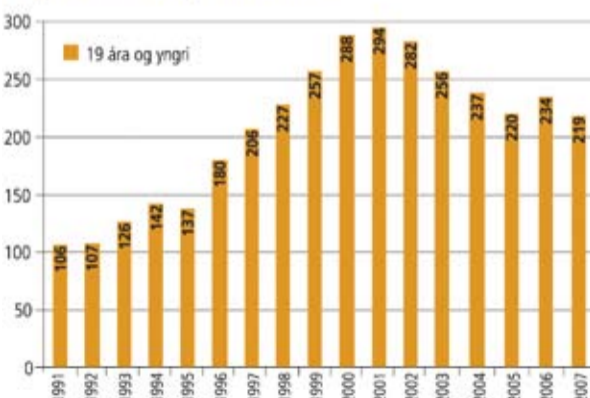
Unga fólk íð á Sjúkrahúsinu Vogu fjöldi einstaklinga 1977-2007

Fjöldi einstaklinga alls
<18 = 1244 af þeim látnir 36, 2,9%
<20 = 2922 af þeim látnir 85, 2,9%
<25 = 6292 af þeim látnir 220, 3,5%



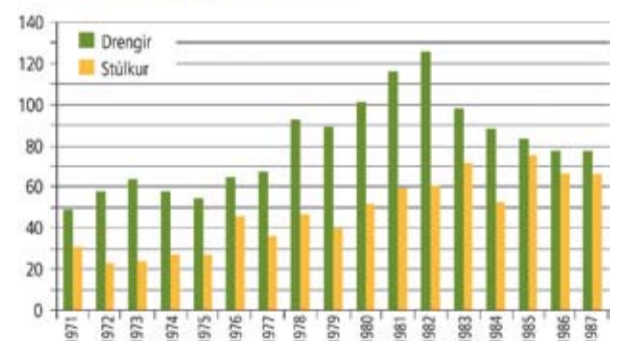
Skyggna 5.

Fjöldi ungra einstaklinga á Sjúkrahúsinu Vogu 1991-2007



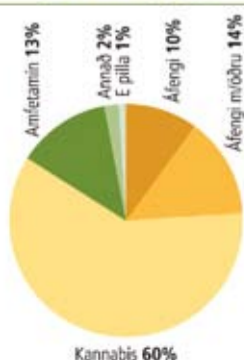
Skyggna 6.

Fjöldi drengja og stúlkna fæðingarárangangum 1971-1987 sem komu á Vog fyrir 20 ára aldur



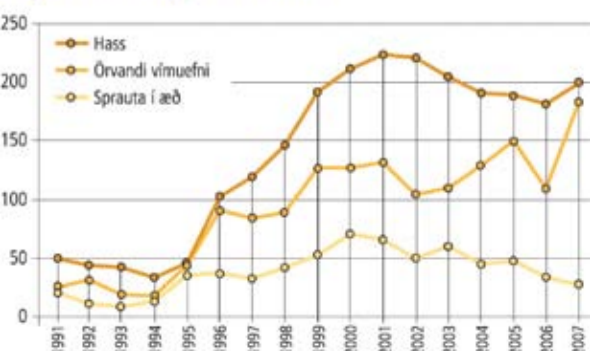
Skyggna 7.

Frumgreiningar 2007 hjá 19 ára og yngri



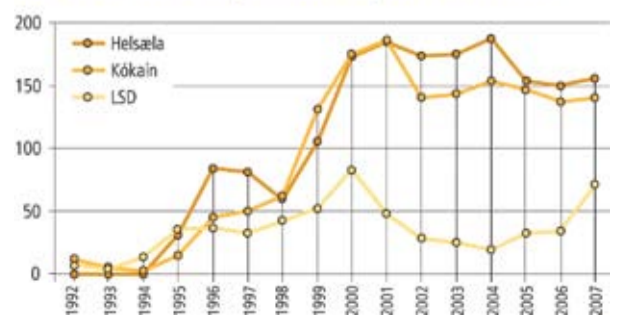
Skyggna 8.

Stórneytendur ólöglegra vímuefna 19 ára og yngri á Sjúkrahúsinu Vogu 1991-2007



Skyggna 9.

Fjöldi unglínga 19 ára og yngri á Sjúkrahúsinu Vogu 1992-2007 sem hafa prófað kókaín, LSD eða helsælu



Hauskúpur og bein

Á það hefur verið bent að opinber forvarnastefna sé meira og minna gagnslaus. SÁÁ hefur aftur á móti án fjárveitinga frá ríki og sveitarfélögum staðið fyrir virkum forvörnum sem beinast að þekktum áhættuhópi - börnum í fíkla. Á sama tíma auglýsir hið opinbera eða ÁTVR fyrir milljónahundruð að fólk eigi að drekka áfengi og kallar það forvarnir. Fá síðustu aldamótum hefur ÁTVR styrkt forvarnarverkefni SÁÁ um 150 þúsund krónur eða sem nemur tæplega 19 þúsund krónum á ári. Áhuga hins opinbera á forvörnum verður að skoða í því ljósi.

Fyrir 10 árum var á það bent að vaxandi sprautufíkn myndi leiða til lifrabólguferaldurs, alvarlegra félagslegra vandamála og



Eftir Arnþór Jónsson varaformann SÁÁ

dauda fólks langt fyrir aldur fram. SÁÁ hefur skimað fyrir lifrabólgu og alnæmi án þess að ríki eða sveitarfélög hafi greitt kostnað því samfara. SÁÁ hefur greitt kostnað af svokallaðri viðhaldsmeðferð sprautufíkla og í samstarfi með Landlækni náð að hamla vexti þessa faraldurs án viðeigandi stuðnings frá ríki og bæ. Andvaraleysi hins opinbera í þessum málaflokki og ómerkilegt argaþras um krónur og aura hefur á þessum tíma kostað samfélagið stórfé og óþarfa þjáningar saklausra einstaklinga.

Í dag er því spáð að vaxandi áfengisneysla muni leiða til vaxandi heilsutjóns þeirra sem eldri eru. Dagdrykkja hefur aukist svo mikið að stofnað hefur verið sérstakt

meðferðarúrræði fyrir eldri karlmenn sem hafa siglt hægt og rólega inn í áfengisneyslu sem breytist með lúmskum hætti í óviðráðanlegan vanda og alvarlegt heilsutjón.

Áfengisneysla á Íslandi hefur tvöfaldast síðan 1969 og vandamál tengd áfengisneyslu stórauðist. Hvers kyns áfengisvandamál eru nátengd heildarneyslu áfengis í samfélaginu, því meiri heildarneysla - því fleiri stórneytendur, því meiri heildarneysla - því meiri vandamál. Um þetta deila engir fagmenn þó margir stjórnmálamenn- og konur og aðrir sem eiga viðskiptalega hagsmuni haldi uppi ómálefnalegu þrasi eins og þeirra er síður.

Um hina samfélagslegu ábyrgð þarf því miður að segja að fólk í lykilstöðu er að svikjast um í vinnunni. Í stað þess að leita sérfræðipækningar þar sem hún er til staðar vilja stjórnmálamenn finna upp hjólið sjálfir svo þeir geti hreykt sér hátt og verið fljótir að því - helst í sjónvarpinu. Tímabundin átaksverkefni eru vinsæl leið til að vekja athygli á sjálfum sér á meðan langtímaáðgerðir eru ekki að þeirra skapi. Samfélagsleg ábyrgð vikur fyrir stundarhagsmunum og hégóma. Á það hefur verið bent.



Harðsnúinn hópur þau sem skipa þennan góða hóp eru meðal þeirra sem starfa hjá SÁÁ.

Vissir þú...

... að í Von í Efstaleiti eru 80.000 heimsóknir árlega. Þar er göngudeild SÁÁ, félagsstarf og rannsóknir. Göngudeildarstarf SÁÁ er gríðarmikið og tekur bæði til alkóhólistra, aðstandenda, forvarna, spilafíkla og greiningarviðtala.

... að frá stofnun SÁÁ hafa tæplega 20.000 einstaklingar lagst inn á sjúkrahúsið Vog. Það lætur nærri að 10% allra núlifandi Íslenskra karla hafi komið þangað inn.

... að af þeim sem koma inn á sjúkrahúsið Vog þarf helmingurinn aðeins að koma einu sinni og 80% koma þrisvar eða sjaldnar. Það er afbragðs árgangur í baráttunni við krónískan sjúkdóm.

... að hjá SÁÁ starfa rúmlega 100 manns á 7 starfsstöðvum, en starfsemi er í Reykjavík, á Kjalarnesi, að Staðarfelli, á Akureyri og Reykjanesi

... að í hverjum mánuði eru um 1000 þátttakendur í félagsstarfi SÁÁ

... að á hverju ári koma milli 200 og 300 einstaklingar yngri en 20 ára inn á Vog

... að megin vandi ungs fólks sem leitar til SÁÁ er kannabisneysla

... að 70% allra þeirra sem koma á Vog og eru á aldrinum 20-29 ára eru háðir örvandi vímuefnum

... að lifrabólga C er algeng meðal sprautufíkla og á árinu 2007 greindust 42 ný tilfelli á Sjúkrahúsinu Vogu

... að verulega dregur úr morfínfíkn vegna aðgerða af hálfu Landlæknisembættisins og viðhaldsmeðferðar SÁÁ

... að áfengissjúklingum sem eru eldri en 55 ára og drekka daglega fjölgar verulega síðustu 5 árin

... að umfang starfsins á sjúkrastofnunum SÁÁ var svipað 2007 og undanfarin ár: 2350 heimsóknir á Vog og 700 heimsóknir samanlagt á Vík og Staðarfelli. Þjónusta á Göngudeildum fer vaxandi

Þökkum veittan stuðning

Hvammstangi

Heilbrigðisstofnunin Hvammstanga, Spítalastíg 1

Sláturhús KVH ehf, Norðurbraut 24

Stýrihópur um forvarnir Húnaþing vestra, Hvammstangabraut 5

Blönduós

Blönduósþær, Hnjúkabyggð 33

Sauðárkrókur

Bókhaldsþjónusta KOM ehf, Víðihlíð 10

Kaupfélag Skagfirðinga, Ártorgi 1

Sveitarfélagið Skagafjörður, Faxatorgi 1

Siglufjörður

Fjallabyggð, Gránugötu 24

Akureyri

Amaro heildverslun, Frostagötu 6c

Bútur ehf, Njarðarnesi 9

Dragi ehf, Syðri Tjörnum

Heilsugæslustöðin á Akureyri, Hafnarstræti 99

Kaffi Amor ehf, Ráðhústorgi 9

Kjarnafæði hf, Fjölnisgötu 1b

Klínísk tannsmíðastofa, Vættagili 3

Kælmisjóðan Frost ehf, Fjölnisgötu 4b

Medulla ehf, Strandgötu 37

PA byggingarverktaki ehf, Draupnisgötu 7m

Samvirgni ehf, Hafnarstræti 97

Grimsey

Sigurbjörn ehf, útgerð, Öldutúni 4

Ólafsfjörður

Freymundur ÓF-006

Sjómannafélag Ólafsfjarðar, Brekkugötu 9

Húsavík

Sigurjón Benediktsson, tannlæknir, Auðbrekku 4

Laugar

Norðrúppill ehf, Laugabrekku Reykjadal

Pingeyjarsveit, Kjarna

Þórshöfn

Trésmíðjan Brú hf, Brúarlandi

Vopnafjörður

Rafverkstæði Árna Magnússonar, Hafnarbyggð 1

Egilsstaðir

Fljótsdalshérað, Lyngási 12

Hitaveita Egilsstaða og Fella ehf, Einhleypingi 1

Hraðbúð ESSO www.khb.is, Kaupvangi 6

Seyðisfjörður

Samband sveitarar í Austurlandi, Hafnargötu 28

Seyðisfjarðarkaupstaður, Hafnargötu 44

Reyðarfjörður

Fjarðabyggð, Hafnargötu 2

Umbi-austmann ehf, Eyrarstígur 1

Neskaupstaður

Síldarvinnslan hf, útgerð, Hafnarbraut 6

Stöðvarfjörður

Lukka ehf, Fjarðarbraut 11

Höfn í Hornafirði

Hornabraud ehf, Dalbraut 10

Sigurður Ólafsson ehf, Hlíðartúni 21

Öræfum

Félagsbúið Hnappavöllum 4, Hnappavöllum 4

Selfoss

Hitaveita Frambæja, Skarði

Hrafntinna ehf, Litlalandi

Hrói Höttur, Austurvegi 22

Pípulagnir Helga ehf, Baugstjórn 17

Ræktunarsamband Flóa og Skeiða, Gagnheiði 35

Veitingastaðurinn Menam, Eyrarvegi 8

Viðgerðir og þjónusta ehf, Gagnheiði 42

Hveragerði

Hveragerðiskirkja, Bröttuhlíð 5

Sport-Tæki ehf, Austurmörk 4

Porlákshöfn

Fagus ehf, Unubakka 18-20

Frostfiskur ehf, Hafnarskeiði 6

Hvolsvöllur

Búaðföng, Stórólsvelli

Vík

Mýrdalshreppur, Austurvegi 17

Vestmannaeyjar

Frár ehf, Hásteinsvegi 49

Ísfélag Vestmannaeyja hf, Strandvegi 28

Markaðssetning áfengis

Ari Matthíasson framkvæmdastjóri hjá SÁÁ skrifar um markaðssetningu áfengis sem beinist ekki síst að ungu fólki.

Markaðssetning áfengis leikur stórt hlutverk í þeirri staðreynd að drykkjuvenjur ungs fólks á Vesturlöndum verða sífellt einsleitnari. Markaðssetningin tekur mið af uppbyggingu sterkra vörumerkja sem miða að því að tengja saman ímynd og lífsstíl. Þannig verður varan samofin lífsmynstri markhópsins með aukinni þörf og löngun. Þetta á við um markaðssetningu á áfengi eins og öðrum neysluvarningi þó áfengi geti ekki á neinn hátt kallast hefðbundin neysluvara vegna hins gríðarlega skaða sem þjóðfélagið hefur í heild sinni af ofneyslu áfengis.

Margþætt áhrif áfengisauglýsinga

Annars vegar eru áfengisauglýsingar notaðar í markaðssetningu til að greina á milli tegunda eða vörumerkja og hins vegar til þess að höfða til mismunandi markhópa. Þannig eru til dæmis sterk og brennd vín svo sem koniak og viski gjarnan sett í samband við karlmannlegan, dýran lífsstíl, en hvítvín og kampavín vekja fremur hugmyndir um kvenleika og rómantik. Markaðssetning á bjór er hins vegar vel þekkt í tengslum við íþróttir og gosblandað áfengi er beinlínis markaðsett erlendis fyrir yngstu hugsanlegu neytendurna.

Áfengisauglýsingar eru taldar geta styrkt og viðhaldið vörumerkjatryggð (brand loyalty) eða aflað áfengistegund eða merki nýrra neytenda. Auglýsingarnar eru einnig taldar styrkja og viðhalda jákvæðum viðhorfum til áfengisneyslu í þjóðfélaginu og þar með hafa áhrif á það hvort og hvenær ungt fólk velur að hefja



Eftir Ara Matthíasson framkvæmdastjóra hjá SÁÁ

drykkju. Áfengisauglýsingar geta ýtt undir neyslu þeirra sem neyta áfengis til dæmis með því að hvetja til stærri skammta og gefa hugmyndir um fjölbreytileg tilefni til áfengisneyslu. Þær geta einnig dregið úr löngun ofdrykkjumanna til að draga úr drykkju eða hætta. Loks geta þær haft áhrif á ákvarðanir um áfengisstefnu í þjóðfélaginu (Edwards og fl., 1995).

Ungt fólk skotspónn auglýsenda

Þeir sem hafa hagsmuni af markaðssetningu á áfengum drykkjum víkja því til hliðar sjónarmiðum um almannaheill og lýðheilsu enda mega þeir vita af skaðsemi fyrir þjóðfélagið í heild sinni. Það sem er sérlega alvarlegt er að markaðssetningin beinist í mörgum tilfellum að ungu fólki. Þetta verður til þess að ungt fólk hefur drykkju fyrr með auknu úrvali af ódýrum áfengum drykkjum. Þannig sýna til dæmis kannanir frá Bretlandi að helstu neytendur af hinum svokölluðu gosblöndum (!) eru unglingar á aldrinum 13-16 ára. Þetta er alvarlegt vegna þess að kannanir sýna að þeim mun fyrr sem ungt fólk hefur áfengisneyslu er það líklegra til þess að þróa með sér áfengissýki (Grant & Dawson 1997). Annað áhyggjuefni er hin mikla og almenna ölvun unglunga sem eykur verulega hættu á slysum og ofbeldi. Í skýrslu um áfengi og ungt fólk frá Alþjóða Heilbrigðisstofnuninni WHO frá árinu 2001 kemur fram að hin óæskilegu áhrif áfengisneyslu unglunga eru hvað verst á Íslandi.

Það sem vekur athygli við markaðssetningu gagnvart ungmennum er að mikill hluti af henni fer fram utan hefðbundinna miðla enda eru áfengisauglýsingar bannaðar með lögum á Íslandi. Þetta bann er þó marklaust meðan framleiðendum og innflytjendum helst uppi að auglýsa bjór í sjónvarpi og blöðum. Gosblöndurnar eru hins vegar auglýstar á bloggsíðum, með kostun viðburða, almennt á netinu og með SMS.

Áfengissjúkir og unglingar skapa helming tekna

En hvert er verðmæti þess hluta markaðarins sem tekur til sölu áfengis til ofneytenda og unglunga? Þetta hefur verið mælt og ein slík rannsókn *Estimate of the commercial value of underage drinking and adult abusive and dependent drinking of the alcohol industry* (<http://archpedi.ama-assn.org/cgi/content/abstract/160/5/473>) áætlar að verðmæti þessa hluta markaðarins fyrir áfengisíðnaðinn sé um 48,8% af heildarmarkaðnum. Sem sagt: Tekjur af unglingardrykkju og drykkju áfengissjúkra eru helmingur af heildartekjum innflytjenda og framleiðenda áfengis. Af þessari vitneskju tekur markaðssetning áfengis auðvitað mið.

Nú eru til ýmsar kannanir íslenskar um neyslu ungs fólks á áfengi og vímuefnum. Þær eru margar hverjar sláandi, en þar sem hinar háu og skelfilegu tölur birtast árlega þá erum við orðin þeim samdauna og gleðjumst þegar smávægilegar sveiflur verða í jákvæða átt milli ára þó viðvarandi neysla sé miklu meiri en ásætlanleg.

Hvað skal annars segja um þá staðreynd að tæplega ¾ allra unglunga 17-18 ára í framhaldsskólum hafa neytt áfengis undanfarinn mánuð og að 63% allra unglunga á sama aldri í framhaldsskólum hafa orðið drukknir? Þessir unglingar drekka í 90% tilfella bjór og „gosblöndur“ (e. Alcopops). Það er því engin tilviljun að öll markaðssetning áfengis á Íslandi taki mið af því að

„Sem sagt: Tekjur af unglingardrykkju og drykkju áfengissjúkra eru helmingur af heildartekjum innflytjenda og framleiðenda áfengis.“

ná til þessa hóps. Þar eru auglýsingarnar ávallt miðaðar við að tengja saman áfengisneyslu og skemmtanir ungs fólks.

Lýðskrumarar tala fyrir lausung

Í Evrópusamningi Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar um áfengi er sérstaklega tekið fram að börn og unglingar eigi rétt á að alast upp í umhverfi sem er, eftir því sem unnt er, verndað fyrir kynningu á áfengum drykkjum. Þar segir einnig að stefna í heilbrigðismálum almennings, hvað varðar áfengi, verði að taka mið af sjónarmiðum almannaheilla án tillits til viðskiptalegra hagsmuna.

Með slökun á áfengisstefnu sem birtist í lækkuðu áfengisverði, fjölgun útsölastaða, lengingu opnunartíma og stóruaukinni markaðssetningu, drekka Íslendingar sífellt meira áfengi.

Það er því alvarlegt þegar ráðamenn lýsa því yfir að slaka skuli enn á klónni og draga úr áfengisgjaldi, lækka áfengiskaupaldur og færa áfengi inn í matvöruverslanir. Hörmungar aukinnar drykkju munu bitna á þjóðfélaginu í heild sinni og ljóst er að þeir lýðskrumarar sem tala fyrir lausung í áfengismálum eru ekki að verja almannahagsmuni.

Svipmyndir frá starfi samtakanna



Samfélag á fyllibyttustiginu

„Í Reykjavík sjást til dæmis fleiri menn drykkjubrjálaðir á almannafæri en í mestum vínborgum álfunnar,” skrifaði **Halldór Laxness** í Íslendingaspjall. Hann taldi ástandið í höfuðborginni ömurlegt vegna drykkjusýki íbúa og nú, rúmum 40 árum síðar, lítur **Gunnar Smári Egilsson** yfir sviðið. Ekki verður séð að ástandið sé skárna nema síður sé.

Það er varla nokkur maður sem myndi andmæla því að áfengis- og fíkniefna-neysla breiðist hratt út á Vesturlöndum. Svo hratt að kalla mætti faraldur. Afleiðingar þessarar auknu neyslu eru ömurlegar fyrir milljónir einstaklinga og fjölskyldur þeirra. Samfélagsáhrif þessarar neyslu eru ekki síður hörmulegar; auknir glæpir, meira ofbeldi, brotnar og veikar fjölskyldur. Það mætti jafnvel halda því fram að áfengis- og fíkniefna-neysla hafi svo gegnsóð samfélagið að hegðun og lífsgildi fíklisins séu í raun orðið normið í samfélaginu. Að við höfðum drukkið frá okkur mest allt vit og séum sem hópur dottin niður á stig fyllibyttunnar.

Með því að renna í skyndi yfir sviðið – ekki ósvipað og við gerum þegar við komum inn á barinn og kortleggjum stöðuna – þá er augljóst að svokölluð umræða í samfélaginu er flest á stigi fyllerisröfls. Ekki jafn agressíf og óheft og hún var um þar síðustu aldamót (sem varð til þess að þeim fáu sem ekki voru meira og minna drukknir alla daga tókst að banna áfengi) heldur frekar eins og röfl langdrukkinna á barmi kojufylleris: Sambland sjálfsvorkunnar og ásakana sem þó eru það linar að ekki er hægt að flokka þær sem hótanir. Þjóðarsálinar og –líkamarnir hafa misst samstillingu. Ef sálin er reið svikur líkaminn. Og ef líkaminn er upptendraður logar dauft á týrum sálarinnar. Þess vegna mótmæla Íslendingar engu sem skiptir máli en kasta eggjum svo truckbílstjórar fái að sofa. Eða vaka (ég hef ekki enn náð því um hvað þetta mál snýst).

Silfur Egils er hinn fullkomni hádegisbar þar sem þjónninn er fyllstur og grípur frammí fyrir kúnnunum. Bloggið er síðan röfl þeirra sem drekka einir á bak við gardínur – og sem hafa annað hvort snökt eða gelt frá sér alla sem áður tóku upp símann.

(Samfélagsleg áhrif Internetsins byggjast á því að búa til hópa úr fólki sem áður var einangrað. Fyrsta afrekið var að sameina nördana sem áður voru bara einn í hverjum bekk, ofsóttir og eineltir. Í gegnum Netid gátu þeir myndað samfélag, eflst og styrkst og orðið að öflugum neysluhópi í samfélaginu. Næstu afrek Netsins – ef afrek skyldi kalla – var að sameina nýnasista og aðra fasista. Og síðan barnaniðing.

Og loks þá sem heima sitja, drekka og röfla. Saman mynda þeir bloggsamfélagið; samfélagið sem krafðist auga fyrir auga hundsins Lúkasar og fleytti kertum í minningu hans.)

Ef við göngum niður Laugavegin er eins og við séum í heimsókn hjá langdrukknum hjónum. Heimilið er löngu niður dankað, engin drift til að skipta um brotna rúðu eða gera við lekt rör og svo til allir veggir eru útkrotaðir. Og ef við spyrjum hvers vegna er eins og hjónin séu fyrst núna að taka eftir þessu kroti? Síðan svara þau því til að krakkarnir hafi krotað þetta. Hvenær? – spyrjum við. Í fyrra, -- svara hjónin.

Þó einstaklingar hafi gert kraftaverk í endurgerð gamalla húsa þá er sá hluti gamla bæjarins sem er frekar opinbert rými en íbúðagötur eins og kvistherbergi gamallar fyllibyttu. Til að fullkomna innsetninguna ættu bæjaryfirvöld að þrjóna daunillan sokk og láta hann lafa fram af brunarústunum á horni Lækjargötu og Aðalstrætis. Og smíða hálféttin risa-sviðakjamma frá Umferðarmiðstöðinni í garðinn á bak við Sirkus heitinn.

Hvers konar fólk býr í borg sem svona er gengið um?

Fyllibyttur.

Fyrir hálfri öld fór fólk út úr bænum til drekka frá sér ráð og rænu; æla, míga og skíta undir berum himni; nauðga, slást og berja. Þá voru Þórsmarkurferðir einskonar frí frá mennskunni í bænum. Fólk fór yfir tvær óbrúaðar ár til að komast nú örugglega í hvarf frá kröfum um eðlilega kurteisi og tillitssemi. Síðan fóru menn að gera bizzness úr þessu hömluleysi og við fengum Húsafell og Þjóðhátið í Eyjum. Þá hélt fólk sig á mottunni meira og minna í heilt ár (fyrir utan nokkur sveitaböll) en sleppti svo rækilega fram af sér beislinu um verslunarmannahelgina. Til að draga aðeins úr nauðgunum og misþyrmingum var flugbjörgunarsveitin fengin til að halda mestu svínunum við stúrnar og Stígamót setti upp tjöld til að sinna nýnauðguðum.

„Við þorum ekki að raska neinu af ótta við að næturlífið í Reykjavík þyki ekki lengur eitt af undrum veraldar og Quentin Tarantino kynni að mæta hjá Jay Leno án þess að tala um hvernig Íslendingar ældu hver upp í annan.”

Þetta taumleysi hefur fyrir löngu sprengt af sér verslunarmannahelgina og er flutt í bæinn. Í miðbæ Reykjavíkur er standandi 10 til 20 þúsund manna útihátið föstudags- og laugardagskvöld allan ársins hring + daginn fyrir alla frídaga. Munurinn er hins vegar sá að þar sést hvorki



„Silfur Egils er hinn fullkomni hádegisbar röflsins; bar þar sem þjónninn er fyllstur og grípur frammí fyrir kúnnunum. Bloggið er síðan röfl þeirra sem drekka einir á bak við gardínur...”

lögga né flugbjörgunarsveit eða tjald frá Stígamótum.

Fórnarlömbin birtast í pungum á bakinu á Morgunblaðinu á sunnu- og mánudögum. Þar er helstu atburðum safnað saman í knappt mál svo það trufla sem minnst; höfuðkúpubrot í Bankastræti, hópslagsmál í Tryggvagötu, nauðgun í húsgarði við Laugaveg.

Og við hinar fyllibyttunnar sættum okkur við þetta sem einskonar fórn til að geta haldið uppi taumlausasta næturlífi í veröldinni (fyrir utan fáein svæði þar sem er virkt borgarastríð; Saigon viku fyrir flótt Bandaríkjamanna, Liberia undir Charles Taylor). Unga fólk, sem er barið og nauðgað og sem bera mun þess merki ævina á enda, er eins og sjómennirnir sem við drekkum á árum áður og kölluðum fórn til Ægis. Fyrir þrjátíu árum eða svo drukkuðu 10, 20, 30 sjómenn á hverju ári og þótti eðlilegt. Þar til það þótti ekki lengur eðlilegt og menn fóru að gæta að öryggi. Síðan hafa jafn margir drukkað til sjós eins og mannfórnin var á einu til tveimur meðalárum. Að ekki sé talað um alla þá sjómenn sem hafa haldið hönd eða fæti sem annars hefðu kubbast af.

Í næturlífinu látum við fórnirnar hins vegar halda áfram. Við þorum ekki að raska neinu af ótta við að næturlífið í Reykjavík þyki ekki lengur eitt af undrum veraldar og Quentin Tarantino kynni að mæta hjá Jay Leno án þess að tala um hvernig Íslendingar ældu hver upp í annan. Er það ekki þess virði þó nokkur ungmenni beri varanlegan heilaskaða eftir glerflösku í hnakkann?

Drykkja og ólifnaður í kjölfarið ein-kenna alla fólksflutninga og umbrotatíma. Þannig var það á átjándu og níttjándu öld; ekki síst í Bandaríkjunum, sem var einn stór svellandi pottur. Það var því ekki að undra að þar næðu þeir sem reyndu að andæfa þessari þróun mestum árangri. Og baráttu bindindishreyfinga og annarra siðbótar- og mannræktarsamtaka mótar enn í dag bandarískt samfélag meira en víðast hvar annars staðar.

Eins og bindindishreyfingin var farvegur andófs gegn fyllerisvæðingu samfélagsins á níttjándu öld þá hafa AA-samtökin verið farvegur fyrir þá sem glíma vilja við Bakkus frá miðri síðustu öld. Munurinn er hins vegar afgerandi. Bindindishreyfingin var mest út á við. Hún vildi siðbót samfélagsins. AA er hins vegar öll inn á við og leggur blátt bann við baráttu fyrir almennri siðbót. Annar félagskapur sem lætur sig þessi mál varða – eins og til dæmis SÁÁ – hefur síðan dregið dóm af þessu prinsippi AA. Stemmingin í nútímanum er að áfengisvandinn sé einkamál og við hann verði ekki fengist nema á einkanlega svæðinu (í næstu dyrum við Guð).

Þess vegna er samfélagið okkar svona gegnsóð af afleiðingum drykkjunnar og svo margt sem ber með sér svipmót fíklisins og fyllibyttunnar. Hinir drukknar hafa fengið að vaða uppi vegna þess að það er almennt álitid til lítils að ætla að siða menn til betrunar. Betrun verður að koma þegar hún kemur og hinn fulli hlammast loks á sinn botn.

En þarna er verið að rugla saman tveimur óskyldum hlutum. Annars vegar laus hvernir fyllibyttu úr vítahring drykkjunnar og hins vegar hvaða siðferðismörk við viljum hafa í samfélagi okkar. Úr því að AA getur ekki staðið í slíkri baráttu og SÁÁ vill það ekki þá sárvantar einskonar fyllerisvakt í samfélagið sem baular á byttunnar – ekki ósvipað og femínistar baula á karlrembur.

Slík vakt ætti ekki aðeins að hrekja útihátidina aftur upp í Þórsmörk (hún myndi þá bætast við fylleri jeppa- og vélsleðamanna) heldur líka benda á drukknar röksemdir, kenndar niðurstöður og timbraðar ákvarðanir í stjórnmálum, viðskiptum og öðrum opinberum vettvangi.

Er einhver sem heldur til dæmis að þeir Davíð Oddsson og Halldór Ásgrímsson hafi verið edru þegar þeir ákváðu að stöðja innrás Bandaríkjamanna inn í Írak?

Vímuefnavandi ungmenna

– við þurfum markvissar aðgerðir

Þórarinn Tyrfingsson yfirlæknir á Vog og formaður SÁÁ rekur stöðu mála hvað varðar vímuefnavanda unglunga og fjallar um forvarnir. Ástandið er alvarlegt. Áfengis- og vímuefnaneysla unglunga og ungs fólks varðar okkur öll og enginn getur skorast undan ábyrgð.

Vímuefnaneysla unglunga og ungs fólks er allt of algeng á Íslandi og veldur ungmennunum og þjóðfélaginu óhemju miklum skaða. Vegna vímuefnaneyslunnar veikist fjöldi ungmenna af vímuefnafíkn. Um 4% allra unglunga og ungmenna á Íslandi koma á Sjúkrahúsið Vog til meðferðar vegna vímuefnafíknar áður en þau eru orðin 20 ára.

Skadinn af vímuefnaneyslu unglunga og ungs fólks er ekki einungis bundin við þá sem verða fíknir og vandamál þeirra. Það er gömul saga og ný að unglingar og ungt fólk fer illa með áfengi og önnur vímuefni. Í vímunni valda þau sjálfum sér og öðrum skaða þó þau séu ekki vímuefnafíklar. Þessi ungmenni eru miklu fleiri en fíklarnir og valda því meira tjóni en þeir. Þessi hópur er viðfang almennra forvarna meðan fíklarnir eru viðfang meðferðar.

Áfengi er það vímuefni sem unglingar og ungmenni nota oftast og mest á Íslandi. Um helmingur byrjar að nota áfengi í grunnskóla og hinir byrja flestir að nota áfengi í framhaldsskólum eða eftir grunnskóla. Fráleitt er að halda því fram að allt

„Í 60% tilvika er kannabis aðal vandinn en áfengi kemur þar á eftir með 24%. Örvandi vímuefnin E-pilla, amfetamín, rítalín og kókaín sækja verulega á og eru aðalvandinn í um 13% tilvika.“

Þetta unga fólk eigi við skilgreinda fíknisjúkdóma að stríða en vímuefnaneysla þeirra veldur þeim og umhverfi þeirra þó gríðarlegum vandamálum. Þrátt fyrir það hefur þjóðfélag okkar í heild sjaldnast þennan vanda í huga og leiðir hann að mestu hjá sér. Enginn áttar sig á eða man eftir því í dagsins önn að áfengi er aðalorsök dauðsfalla og alvarlegra slysa hjá þeim sem eru yngri en 21 árs í okkar heimshluta. Allir þekkja til ungs

fólks og barna sem hafa drukkin eða í vímu orðið úti, drukknað, framið sjálfsvíg, farist í bílslysum þar sem þau óku ölvuð eða ökumaður bifreiðarinnar sem slysinu olli var ölvaður. Ekki þarf að safna saman stórum hópi fólks til að einhverjir úr hópnum geti vitnað um dauðsföll ástvina og annarra náinna vina eða skyldmenna sem rekja má beint til vímuefnaneyslu. Fjöldamörg slík dauðsföll verða á hverju ári hér á landi. Þessi slys sjáum við þó sjaldnast í réttu ljósi. Umræðan í slysvörnum og sjálfsvígsvörnum snýst því oft um annað en þetta og missir þess vegna marks að nokkru leyti. Flest bendir til þess að ástandið í þessum efnem sé svipað hér og hjá næstu nágrönnum okkar og kalli á miklu markvissari aðgerðir.

Getan til að segja nei sjaldan til staðar

Það er nokkuð ljóst að áfengis- og vímuefnavandinn varðar samfélagið allt. Engin auðveld eða ein laus er til við þessum vanda. Ekki er hægt að varpa ábyrgðinni á vandanum á einhvern einn aðila eða hóp í þjóðfélaginu. Þjóðfélagið í heild verður að axla ábyrgð og eina raunhæfa leiðin er að á öllum stigum þjóðfélagsins sé fólk meðvitað og upplýst um vandann og tilbúið að notfæra sér þá þekkingu sem til er í vímuefnavörnum. Vímuefnavarnir eru flókið og sérhæft svið og til að ná þar árangri verður að nota tiltæka sérþekkingu sem er mikil að vöxtum og fer vaxandi. Þekking er á sviði líffræði, sálarfræði og félagsvísinda. Nauðsynlegt er að samþætta þessa þekkingu og forðast að líta á vandann út frá einu sviði eða sjónarhorni. Vandinn er flókinn heilbrigðis- og samfélagsvandi og lausnina er að finna í samfélagsáttaki þar sem fjöldi aðila og



Eftir Þórarin Tyrfingsson yfirlækni SÁÁ

stofnana taka sameiginlega til hendinni. Í forvörnum er einstaklingurinn allt of oft gerður ábyrgur fyrir að byrja að nota vímuefni og að nota þau innan hófsemdarmarka. Engin ástæða er að draga úr mikilvægi þess einkum meðal þeirra sem eru komnir yfir tuttugu ár og leggja því mikla áherslu á að gera einstaklingana hæfa og upplýsta til að taka skynsamlegar ákvarðanir þegar vímuefnin eru annars vegar.

„Um 4% allra landsmanna koma á Sjúkrahúsið Vog fyrir 20 ára aldur, 3% stúlkanna og 4-5% piltanna.“

Það er þó ekki hægt að beita slíkum forvörnum einum þegar börn og unglingar sem eru yngri en 18-20 ára eiga í hlut. Fræðsla til þeirra og þjálfun til að standast þrýstinginn að nota áfengi og önnur vímuefni kemur að litlu haldi ef samfélagslegt aðhald fylgir ekki með.



Rannsóknir sýna að hugræn (gáfnafarsleg) geta þeirra til að segja nei er ekki fyrir hendi nema að litlu leyti. Það er því ljóst að þeir sem framleiða, selja og dreifa áfengi þurfa að axla samfélagslega ábyrgð og gera sér grein fyrir að meðan áfengi er það vímuefni sem mest er notað er mikið í húfi að ungmenni noti ekki áfengi fyrir en þau hafa aldur til.

Foreldrar ekki einir ábyrgir

Foreldrar leika lykilhlutverk hvað varðar samfélagslegt aðhald en ekki er hægt að gera þá eina ábyrga. Unglingarnir eru það mikið í umsjá annarra í skóla og við leik. Unglingar eru auk þess útsettir fyrir áhrifum frá fjölmiðlum, interneti og menningarstraumum sem heyrta unglingshópnum til og foreldrar hafa lítil tók á að hafa áhrif á. Það er því mjög mikilvægt að kennarar, leiðbeinendur, þjálfarar, fjölmiðlafólk og aðrir sem hafa með unglunga að gera séu meðvitaðir um það mikilvæga hlutverk sem þeir þurfa að gegna í forvörnum þó ekki sé talað um stjórnmalamenn.

Raunhæf og nærtæk lausn er að byggja upp áhuga og þekkingu á forvarnarstarfi meðal allra sem hafa með unglunga að gera í hverju samfélagi fyrir sig. Efla samstöðu allra í smærri sveitarfélögum, borgar- og bæjarhlutum. Hér vill og getur SÁÁ komið að sem sérfróður aðili með mikla sérþekkingu og reynslu. Þar er stór hópur

starfsmanna sem vinnur að forvörnum, meðferð og rannsóknum og getur veitt ráðgjöf, kennslu og uppörvun til allra þeirra fjölmörgu sem vilja taka þátt í því samfélagslega átaki sem forvarnir eru.

Genetísk áhætta

SÁÁ hefur einstakar upplýsingar og tækifæri til þess að vinna að forvörnum meðal stórs áhættuhóps. Í viðamikilli erfðarannsókn sem SÁÁ vinnur að með Íslenskri erfðagreiningu var athugað hversu líklegt það er að fólk sem á nákomna ættingja sem hafa verið á Sjúkrahúsinu Vog þurfi líka að koma þangað. Í ljós kom í þessari rannsókn að það er 2,4 sinnum líklegra en almennt að einstaklingur sem á foreldra eða systkini sem hafa verið á Vog þurfi að koma þangað. Í raun þýðir það að 50% líkur eru á að synir og 25% líkur á að dætur þeirra karla og kvenna sem hafa verið á Vog komi þangað. Það er því deginum ljósara að börn þess fólks sem nýlega hefur verið í meðferð myndar stóran hóp barna og unglunga sem eru í mikilli hættu að sýkjast af vímuefnafíkn. Það er því mikið í húfi að reyna að koma í veg fyrir þetta eða að auka batalíkur þeirra sem þurfa að koma í meðferð.

SÁÁ er í einstakri stöðu til að vinna hér markvist og hnitmiðað að forvörnum meðal stórs áhættuhóps. Forystufólk í SÁÁ og starfsfólkið hefur lengi vitað af þessum

áhættuhópi en ekki gert sér grein fyrir hversu áhættan er mikil fyrr en nú. Menn hafa líka vitað af þessu sóknarfæri í forvörnum en það er ekki fyrr en nú, eða fyrir um ári síðan, að tækifæri gafst til að láta gamlan draum rætast og ráðast í aðgerðir: Hrinda af stað markvissri verkætlan í forvörnum fyrir börn vímuefnasjúklinga sem ekki eru byrjuð að nota vímuefni.

Um þessar mundir er þegar farið að veita slíka þjónustu fyrir börnin um leið og unnið er að uppbyggingu þessa starf og í deiglunni er stórt átak í þessu efni.

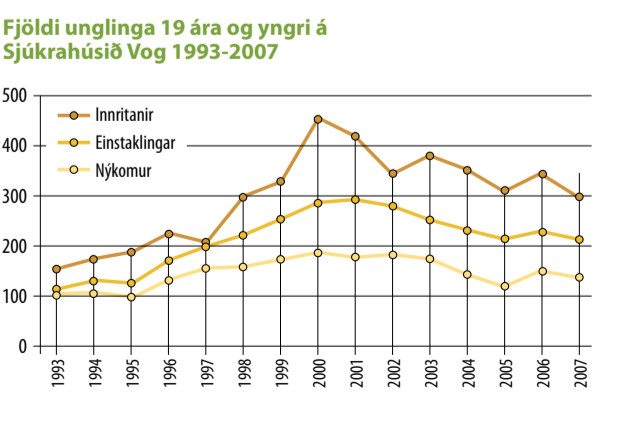
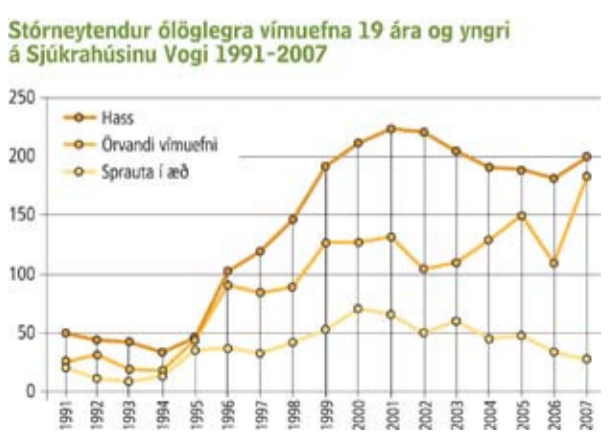
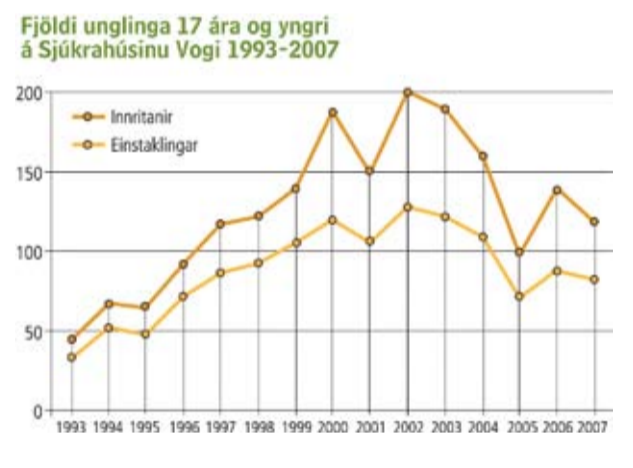
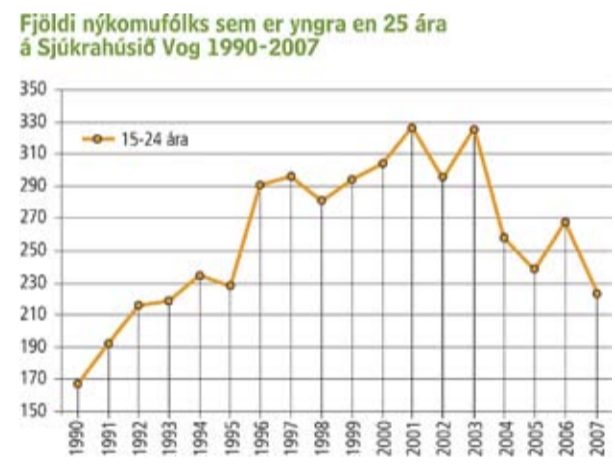
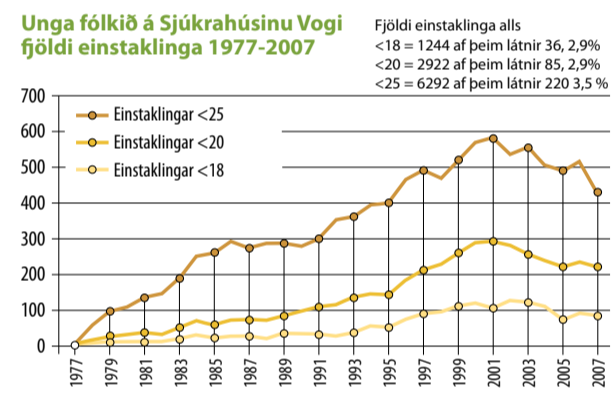
Að stöðva neyslu tafarlaust

Þegar vímuefnaneysla verður að fíkn hjá unglungum og ungu fólki ríður á að greina fíknisjúkdóminn fljótt og vel og grípa til viðeigandi meðferðar. Vímuefnaneysla unglunga er oftast viðfang forvarna og samfélagslegrar uppbyggingar og aðhalds. Sjúkleg vímuefnafíkn kallar þó á aðrar aðgerðir því þá þarf að koma unglungnum til sérstakrar meðferðar sem setur vímuefnafíknina í forgang og miðar strax að bindindi á öll vímuefni. Þetta er fyrst og fremst verkefni Vogs og unglungarnir og ungmennin sem þangað leita eru nær öll haldinn skilgreindri sjúklegri vímuefnafíkn. Af 3562 unglingsgreiningum á Vog reyndust 3480 uppfylla skilyrði fíknisjúkdóms samkvæmt Handbók Ameríska Geðlæknafélagsins DSM IV eða 97%.

Í unglingsmeðferðinni er sérstaða Sjúkrastofnana SÁÁ mikil og hugmyndafræðin sem liggur að baki meðferðinni allt önnur en hjá öðrum stofnunum. Sérstaða meðferðarinnar hefur í fyrsta lagi verið að setja fíknina í forgang og stoppa neysluna frammar öllu öðru. Að því loknu snúa menn sér að einstaklingsbundinni geðrænni og hugrænni endurhæfingu. Í öðru lagi hefur meðferð SÁÁ alltaf miðað að því að vera tafalaus og raska högum unglunganna sem minnst. Eftir stutt meðferðarinngríp er félagsleg endurhæfing og menntun lögð í hendur fjölskyldu og þess stuðnings sem er að hafa heimavið. SÁÁ styður þó áfram við ungmennin eftir föngum að meðferð lokinni. Aðrar stofnanir hafa miðað að mun lengra og umfangsmeira inngrípi og bið þar getur oft orðið löng.

Fjöldi unglunganna

Allt frá stofnun SÁÁ hafa unglingar sett svip sinn á sjúklingahópinn og síðan þá hefur verið nær stöðug aukning á vandanum og þeim fjölda sem leitar sér meðferðar. Aukning vandans var sérstaklega mikil á árunum 1995-1997. Úr hverjum fæðingarárgangi leita nú flestir sér meðferðar á aldrinum 18-19 ára. Fyrir um 15 árum leituðu flestir sér meðferðar 2-3 árum seinna á ævinni eða á aldrinum 19-21 árs. Um 4% allra landsmanna koma á Sjúkrahúsið Vog fyrir 20 ára aldur 3%



stúlkanna og 4-5% piltanna. Þetta kann að koma mörgum á óvart en áfengis- og vímuefnafíkn kemur fram snemma á ævinni og flestir sýkjast þetta ungrir. SÁÁ hefur því náð frábærum árangri að fá ungmennin svo snemma til meðferðar.

Undanfarin fjögur ár hefur heldur dregið úr fjölda unglunga sem koma á Vog. Ástandið er enn algjörlega óviðunandi og langt frá því að vera komið í það horf sem var á árunum um 1990-1995. Undanfarin fjögur ár hafa komið um 240 einstaklingar á ári í 350 skipti. Nýju einstaklingarnir úr þessum aldurs hópi sem eru að leita sér meðferðar í fyrsta sinni eru um 150 en þeir voru um 60 fyrir 15 árum

Vímuefnin sem notuð eru

Þó að áfengi sé vinsælasta vímuefnið meðal unglunga, og slái jafnvel tóbakinu við, hefur kannabisefni vinninginn þegar kemur að því að telja hvaða vímuefni er aðalvandamál þeirra unglunga sem þurfa að leita sér meðferðar á Sjúkrahúsið Vog. Kannabisefni hrekja því flesta í vímuefnamedferð sem eru ungrir að árum. Í 60% tilvika er kannabis aðalvandinn en áfengi kemur þar á eftir með 24%. Örvandi vímuefnin E-pilla, amfetamín, rítalín og kókaín sækja verulega á og eru aðalvandinn í um 13% tilvika. Ástæðan er að kannabisefni eru oftast notuð dagleg meðan áfengið er fremur drukkið í skorpum. Þó að lífshætta og félagslegur vandi af áfengisneyslunni sé ótvíræður verður félagslega óvirknin ekki eins áberandi og skólagangan raskast ekki eins og þegar dagleg kannabisneysla á í hlut.

Sprautufíkn er allt of algeng meðal hinna ungu þó heldur hafi dregið úr nýngengi og fjöldanum síðustu 4 ár. Árið 2007 komu 29 unglingar 19 ára og yngri á Vog sem höfðu sprautað sig í æð. Þegar verst var voru unglingar sem höfðu sprautað sig um 70 árið 2000.

Gott aðgengi unglunga

Hverju þarf að huga að og sinna þegar unglingar koma á Vog? Það fyrsta sem þarf að gera þegar unglungur kemur til meðferðar vegna vímuefnavanda til SÁÁ er að kanna samstarfsvilja hans og uppfærða hann og fjölskyldu hans um þá með-

„Í ljós kom í þessari rannsókn að það er 2,4 sinnum líklegra en almennt að einstaklingur sem á foreldra eða systkini sem hafa verið á Vog þurfi að koma þangað. Í raun þýðir það að 50% líkur eru á að synir og 25% líkur á að dætur þeirra karla og kvenna sem hafa verið á Vog komi þangað.“

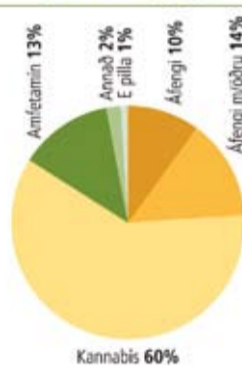
ferðarmöguleika sem í boði eru. Þetta er ýmist gert á göngudeild áður en unglungurinn kemur á Vog eða meðan á dvöl hans stendur þar.

Meðferðin á Sjúkrahúsinu Vog er mjög aðgengileg og unglingar sem eru 19 ára og yngri þurfa ekki að bíða eftir meðferð því biðlistar fyrir þá eru ekki til. Hópur fagfólks hugar að heilsufari unglunganna, fylgist vel með þeim og greinir stöðu hvers og eins með tilliti til fíknar, geðheilsu, sálarástands sem og félagslegrar stöðu og færni. Að greiningunni lokinni eru lögð á ráðin um framhaldið og unglungurinn og foreldrar hans hafðir með í ráðum. Oftast fara unglungarnir fyrir eða síðar í frekari meðferð að lokinni dvöl á Vog (stúlkurnar á Vík og piltarnir á Staðarfell). Hvort sem það er gert eða ekki tekur framhald og eftirlit við á göngudeildum SÁÁ. Meðferðin biður því upp á langan tíma og alltaf er gert ráð fyrir að gripa megi inn í með endurtekinni afeitrun og meðferð ef með þarf. Enginn unglungur er útilokaður þó hann hafi verið í meðferð áður og alltaf er reynt að skilja vel við unglungana þó að þeir gefist stundum upp á miðri leið.

Meðferðarmótþrói

Þeir unglingar sem koma á Vog eru gjarnan tvístígandi gagnvart því hvort þeir eigi að vera eða fara. Hegðun þeirra hefur um langan tíma einkenst af verulegum mótþróu gagnvart ráðleggingum fullorðins fólks. Það sem ræður því úrslitum í upphafi með-

Frumgreiningar 2007 hjá 19 ára og yngri



ferðar er hvort áfengisráðgjafanum tekst að tryggja samstarfsvilja þeirra. Besta aðferðin til að tryggja hann er að tala um fyrir unglungunum með sérstakri aðferð og leyfa þeim að koma og fara þegar þeir vilja. Besta ráðið við meðferðarmótþróu er að bjóða einstaklingnum upp á nýja meðferð þegar honum finnst hún tímabær.

Á Vog er skimað fyrir HIV, lifrabólgu B og C og öðrum kynsjúkdómum og gripid inn í ef þurfa þykir. Á sama hátt eru gerðar geðgreiningar og gripid inn í með geðlyfjum og tilvísunum á Geðdeild eða í geðlæknisviðtöl. Hugað er að áföllum og því hvort unglungarnir hafi verið beittir ofbeldi og gripid inn í með sálfræðimeðferð ef þurfa þykir.

Meginhluti meðferðarinnar er þó í höndum sérfróðra áfengis- og vímu-

Geðgreiningar hjá 106 unglungum 19 ára og yngri á Sjúkrahúsinu Vog 1999

Geðgreining	Stúlkur 40	%	Piltar 66	%
Engin geðgreining	7	18%	30	45%
Kviðaróskun	9	22%	5	8%
Þunglyndi	5	13%	5	8%
Þráhyggja	0		3	5%
Óvirkni	1	3%	8	12%
Hegðunarvandi	8+5	33%	11+10	33%
Aðrir námsörðugleikar	2	5%	4	6%
Annað	1	3%	3	5%

Neysla á örvandi vímuefnum hjá unglungum á Sjúkrahúsinu Vog 2007

Neysla á örvandi vímuefnum	Stúlkur	%	Piltar	%	Alls	%
Örvandi vímuefni í nokkur skipti	81	92%	119	91%	200	91%
Stórneytendur á örvandi	62	70%	75	57%	137	63%
Sprautað í æð	14	16%	15	11%	29	13%
Sprautað reglulega	8	9%	6	5%	14	6%

Kannabisneysla hjá unglungum á Sjúkrahúsinu Vog 2007

Kannabisneysla	Stúlkur	%	Piltar	%	Alls	%
Notað nokkrum sinnum	85	97%	124	95%	209	95%
Stórneytendur	67	76%	114	87%	181	83%
Nota kannabis daglega	60	58%	102	78%	155	71%
Nota áfengi daglega	4	5%	9	4%	13	6%

efnaráðgjafa sem leggja aðaláhersluna á vímuefnafíknina og að stoppa vímuefnaneysluna. Fylgst er með hópnum og gerð lyfja- og vímuefnaleit í þvagi ef þurfa þykir. Megin viðfangið er að koma unglungunum í skilning um að þeir beri ábyrgðina á meðferðinni og batanum jafnt og starfsfólkið á Vog og þurfi að leita sér meðferðar áfram að Vogsdvöl lokinni.

Foreldrar og forráðamenn unglunganna taka þátt í meðferðinni. Þeir eru kallaðir í viðtöl og fá viðtöl við fagfólk deildarinnar ef þeir óska þess. Fræðslufundir eru haldnir vikulega á Vog fyrir þá og þar gefst þeim tækifæri til að hitta fólkið sem vinnur við Unglingadeildina. Öllum foreldrum er auk þess boðið að taka þátt í fjölskyldunámskeiði sem ætlað er aðstandendum áfengis- og vímuefnasjúkra.



Lindi ehf
Ketilsbraut 13
640 Húsavík



Klassísk tónlist sem forvörn

Nína Margrét Grímsdóttir píanóleikari hefur tuttugu ára reynslu af störfum með börnum og unglingum í London, New York og Reykjavík. Hún velkist ekki í vafa um hið fornkveðna: Fjöregg þjóðanna eru yngri kynslóðir. Þar eru blikur á lofti. Nína Margrét fjallar hér um gildi klassískrar tónlistar sem forvörn gegn fíkniefnum og liður í meðferð ungra fíkla.

Hömululaus neysla fíkniefna er flótti frá vanlíðan hversdagsins. Það er ljóst að þjóðfélagið hefur brugðist þessum börnum sínum sem leiðast út í neyslu á fleirum en einum vettvangi, fjölskyldum hefur mistekist að hlúa að þeim á heimavelli, skólum hefur ekki lánast að leiða ungt fólk til vaxtar og þroska í öruggu umhverfi, og samfélagið sem við bjóðum ungu fólki að taka þátt í setur neikvæð gildi og ljótleika í fyrirrúm.

Sérstaða tónlistar

Sem píanóleikari, tónlistarkennari og móðir velti ég fyrir mér hvort tónlist og sér í lagi klassísk tónlist hafi hlutverki að gegna sem forvörn gegn fíkniefnum og jafnframt sem liður í meðferð ungra fíkla. Tónlist hefur ákveðna sérstöðu meðal listgreina þar sem hún hefur bæði líkamleg og vitræn áhrif á okkur með eða án okkar samþykkis. Aðrar listgreinar svo sem myndlist og ritlist gera ráð fyrir ákveðnum forsendum til að valda hughrifum hjá okkur. Jafnvel danslist þarfnast tónlistar til að ná að fullnustu til áhorfenda. Máttur tónlistar er að hún nær beint til áheyrenda.

Þessi sérstaða tónlistar hefur vakið áhuga vísindamanna um allan heim og gefið tilefni til fjölda rannsókna á áhrifum tónlistar á fólk, sérstaklega áhrifum hennar á heilastarfsemina. Þar ber einna hæst rannsóknir bandaríska vísindamannsins og rithöfundarins Oliver Sacks á undanförunum 40 árum sem leitt hafa í ljós t.a.m. hvernig tónlist hjálpar við meðferð Parkinsons- og Alzheimer sjúklunga.

Þannig gerir hlustun á tónlist sjúklungum sem þjást af Parkinsonveiki kleift að hreyfa sig eðlilega sem þeir að öðru jöfnu geta ekki, enn fremur gerir hlustun á tónlist sjúklungum með minnistaps-sjúkdóma kleift að tjá sig gegnum söng. Það er sérstaklega áhugavert að heilinn



Eftir
Nínu Margréti
Grímsdóttur
tónlistarmann

virðist geyma hæfileika til tónlistartjáningar lengst, tónlistin kallar fram texta og laglinur hjá sjúklungum sem ekki þekkja lengur nánustu aðstandendur með nafni. Einnig vekur tónlist upp minningar úr lífi Alzheimer sjúklunga, Oliver Sacks staðhæfir í því ljósi að tónlist sé eina tenging sjúklunganna við sinn innri heim (Der Spiegel, 10. 3. '08).

Áhrif tónlistarþjálfunar

Áhrif tónlistarþjálfunar hafa einnig verið rannsökuð ítarlega, sérstaklega hefur athyglin beinst að þeim breytingum sem verða á heila starfandi tónlistarfólks. Komið hefur í ljós að ákveðin svæði tengd heyrn og mótörhreyfingum sýna talsverða stækkun, ennfremur er tenging milli heilahvelanna þykkri og svæði sem stýrir samhæfingu vöðvahreyfinga í litla heila stærra en í öðru fólki. Þessar niðurstöður hafa hvatt vísindamenn til að mæla með stóru hlutum hlut tónlistar í almennri menntun barna og ungmenna. Þar hefur farið fremstur bandaríski Harvard-prófessorinn Howard Gardner.

Sterkustu rökin eru hin sannanlega miðlæga staða tónlistar, af hinum ýmsu eðlisgáfum mannkyns virðast tónlist og tónlistariðkun vera miðlæg og vera undirstaða þjálfunar annarra hæfileika ss. tungumáls, rökhyggju, tilfinningagreind, hreyfigetu og rýmisgreind. Enn lengra gengur franski mannfræðingurinn Claude Lévi-Strauss sem fullyrti að ef hægt væri að útskýra þýðingu tónlistar fyrir mannkynið gætum við fundið lykिलinn að mannlegri hugsun.

Tónlistarþjálfun barna og unglunga hefur því ótvírátt gildi fyrir almennan vitsmunalegan og ekki síður tilfinningalegan þroska þar sem tónlist höfðar fyrst til tilfinninga. Meiri þekking á uppbyggingu tónlistar gegnum tónlistarnám eykur síðan vægi hennar í vitsmunalegum þroska. Samfélagslegar rannsóknir bæði á Íslandi og erlendis hafa leitt í ljós niðurstöður sem koma ekki á óvart í þessu sambandi, að mikil fylgni er á milli góðs námsárangurs

og færri vandamála svo sem neyslu fíkniefna hjá ungmennum sem stunda tónlistarnám til viðbótar við almennt nám.

Hlustun á tónlist

Tónlist fangar hugann með upplýsingagildi sínu og framkallar einnig líkamleg viðbrögð, róandi eða örvandi yfir ákveðið tímabil, eða þar til hún hljóðnar. Sem dæmi um tónlist með afar lágt upplýsingagildi er s.n. lyftutónlist á meðan flókin tónlist, það er byggð úr óhefðbundnum laglínunum og óreglulegum rýtmhámarkar upplýsingagildi fyrir heilann.

Það hefur hins vegar verið sérfræðingum ráðgáta hvers vegna fólk leitar í endurtekna hlustun á tónlist sem það gjörþekkir, þar sem áætla má að upplýsingagildi tónlistarinnar fyrir heilann sé ekki hið sama og við fyrstu hlustun. Skýringa er að leita í þeim áhrifum sem fólk sækist eftir frá 'sinni' tónlist, en þau virðast ekki minnka við endurtekna hlustun. Þetta virðist benda til þess að þeir þættir í tónlist sem framkalla líkamleg og tilfinningaleg áhrif, t.d. vellíðan eða örvun, séu aðgreinanlegir frá upplýsingagildinu.

Klassísk tónlist hefur það fram yfir aðrar stíltegundir að í henni er að finna fjögurra alda grunn að vestrænni tónlistarhefð fram á okkar daga. Innan klassískrar tónlistar eru fjölbreytt form, hljómasamsetningar og hendingaskipan sem þýðir að við hlustun er upplýsingagildi hennar alla jafna fremur hátt. Við ítrekaða hlustunarþjálfun eykst skilningur og úrvinnsla verður nákvæmari, það er hlustunin skilar sterkari alhliða áhrifum. Að því leyti má líkja klassískri tónlist við erlent tungumál, þeim mun fleiri orð sem við lærum í nýja tungumálinu þeim betur gengur okkur að skilja það. Einnig má staðhæfa að með því að auka skilning á klassískri tónlist sé um leið verið að auka skilning á flestum öðrum stílbrigðum vestrænnar tónlistar sem kemur heim og saman við þá staðreynd að kunnátta á fleiri en einu erlendu tungumáli virðist auðveldla skilning á því þriðja.

VON103 liður í meðferð

Byggt á ofangreindum staðreyndum um sérstöðu tónlistar meðal listgreina kviknaði sú hugmynd hjá mér í tengslum við stofnun nýrrar hádegistónleikaraðar í góðu samstarfi við félagið síðasta haust, í VON, sal S.Á.Á í Efstaleiti, að möguleiki væri að samþætta tónleikana við tilraunaverkefni undir heitinu Klassísk forvörn. Verkefnið fælist í að bjóða ungu fíklum sem væru í meðferð á Vogu að taka þátt í klassísku

„... mikil fylgni er á milli góðs námsárangurs og færri vandamála svo sem neyslu fíkniefna hjá ungmennum sem stunda tónlistarnám til viðbótar við almennt nám.“

tónlistarnámskeiði sem hluta meðferðar. Námskeiðið samanstæði af fjórum einingum, fyrri tvær væru kennslustundir þar sem þátttakendur fengu fræðslu í tali og tónum um efnisskrá tónleikanna, seinni tvær einingarnar fælust í mætingu á tónleikana og virkri þátttöku í umræðum við flytjendur um tónlistina að þeim loknum.

Það er skemmt frá að segja að þessi hugmynd mín fékk afbragðsgóðar undirtektir hjá forsvarsmönnum S.Á.Á. og var fullreynid í framkvæmd í desember sl.

Á desembertónleikunum í VON103 var flutt tónlist undir fyrirskrifinni Pachelbel og aðrir Barokkmeistarar og komu þar fram auk mín og Auðar Hafsteinsdóttur, fíðluleikara, nemendur Auðar sem stunda allir nám við Listaháskóla Íslands og Tónlistarskólann í Reykjavík.

Í vikunni áður hafði ég séð um tónlistarfræðslu á Vogu og í VON fyrir þátttakendur námskeiðsins og var það ánægjuleg reynsla fyrir mig að finna einlægán áhuga þeirra á að fá innsýn inn í heim klassískrar tónlistar. Einnig er skemmtilegt að segja frá því að áhugaverðar umræður sköpuðust í framhaldi af tónleikunum um líf ungs fólks á Íslandi almennt, viðfangsefni þeirra og umhverfi. Óhætt er að fullyrða að tónlistarnámskeiðið hafi verið gefandi fyrir alla sem komu að því.

Nína Margrét Grímsdóttir er listrænn stjórnandi VON103 og jafnframt kennari við Listaháskóla Íslands og Tónlistarskólann í Reykjavík. Hún hefur lagt drög að metnaðarfullri efnisskrá VON103 fyrir næsta starfsár 2008-'09 þar sem fram munu koma frábærir listamenn. Forsendur eru fyrir áframhaldi verkefnisins Klassísk forvörn.

Svipmyndir frá starfi samtakanna



Tal

VILTU LÆKKA SÍMREIKNINGINN?

FÁÐU ALLAN PAKKANN FRÁ 3.990 KR. Á MÁNUÐI



HEIMASÍMI



NET



GSM

Ef þú kaupir allan pakkann á www.tal.is færðu fyrsta mánuðinn frían.
Frítt í alla heimasíma innanlands, 14,90 kr. í alla GSM innanlands
og ótakmarkað niðurhal.*

*Samkvæmt skilmálum.

© 2011 Tal

www.tal.is | Síðumúla 32, 108 Reykjavík | Þjónustuver 1817 | Skrifstofa 445 1600 | tal@tal.is