

12

Ísland er afar
alkóhólískt
samfélag



05

Allir álfarnir frá upphafi



06

SÁÁ bjargaði lífi mínu



BLAÐ SAMTAKA ÁHUGAFÓLKS UM ÁFENGIS- OG VÍMUEFNAVANDANN · 1. TÖLUBLAÐ · MAÍ 2010



BLAÐIÐ

KRISTMUNDUR AXEL:

PABBI VERTU EDRÚ



MYND: HARI@SKUGGAVERK.COM



Álfasala SÁÁ
fyrir unga fólk 26-30. maí

Álfurinn
fyrir unga
fólkið

í blaðinu...



RÍTALÍNEFARLUR Á ÍSLANDI

Framboð af amfetamíni, kókaíni og E-pillum dregst saman í kreppunni en ritalínefnaflur eykst hratt og veldur því að í raun fjölga amfetamínflur á Íslandi.



JENNÝ ANNA BALDURSDÓTTIR

Ofurbloggarinn Jenný Anna Baldursdóttir byrjaði að blogga til að halda sér edru. Hún settist niður með Mikael Torfasyni og ræddi pólitíkuna og pillufökinna.



LÝÐVELDISBÖRNIN Á VOGI

Kynslóðin sem fæddist á árunum 1940-1950 jók áfengisneyslu landsmanna um heilan lítr af hreinum vínanda á mann fyrir tvítugt.



ÚTGEFANDI: SÁÁ - Samtök áhugafélks um áfengis- og vímuefnavandann Elfstaleiti 7, 103 Reykjavík. Sími: 530 7600. ÁBYRGÐARMÁÐUR: Þórarinn Tyrfingsson. RITSTJÓRI: Mikael Torfasón. UMBROT OG HÖNNUN: Janus Sigurjónsson. LJÓSMYNDARAR: Gunnar Gunnarsson og Hari. PRENTUN OG DREIFING: Ísafoldarprentsmíðja.

LEIÐARI

ÞJÓNUSTUSKERÐING MUN AÐ SJÁLFSÖGÐU BITNA VERST Á ÞEIM SEM MINNST MEGA SÍN:

VEIKUSTU ÁFENGIS- OG VÍMUEFNAFÍKLARNIR Í AUKINNI HÆTTU

ÞÓRARINN TYRFINGSSON SKRIFAR

Þó að fyrstu áhrif hrunsins og kreppunnar virðist ætla að verða þær að úr vímuefnavandanum dregur má ekki líta fram hjá því að þjónustan við þá sem eru veikastir hefur minnkað hjá SÁÁ og fyrirhugað er að minnka hana enn frekar. Endurkomufólkíð hefur það greinileg verri en áður ef lítið er í sjúklingabókhaldið á Vogu og verður það fólk að sækja sér þjónustu í vaxandi mæli annað, einkum á bráðmóttökur sjúkráhusanna.

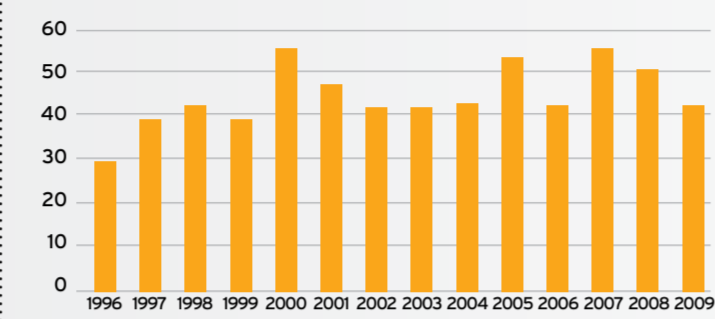
Mikilvægt er við þær aðstæður að afla upplýsinga sem segja okkur hvort þessi breyting sé að stofna heilsu skjólstaðinga okkar í voða og minnka lífslíkur þeirra. Þarna er mikilvægt að skoða ótímabær dauðsföll, fjölda hættulegra fylgikvilla og fylgjast með biðlistum.

Góður mælikvarði á hvert stefni í þessum málum eru ótímabær dauðsföll hjá áfengis- og vímuefnafíklum sem hafa verið á Vogu. Auðvitað deyja fleiri úr áfengis- og vímuefnafíkna ótímabært en þeir sem í gagnagrunninum eru skráir. Þessi skráning tekur þó til svo margra að hún segir okkur ákveðið og marktækt hvert stefni.

Áfengis og vímuefnafíkn er alvarlegur sjúkdómur og það verður öllum ljóst þegar þeir skoða ótímabær dauðsföll hjá fíklum sem hafa verið á Vogu. Á undanföllum 10 árum hafa á milli 40 og 50 einstaklingar dáíð ótímabært, eða fyrir 55 ára aldurnir, sem skráðir eru í gagnagrunninum. Þrjú ár hefur þessi tala farið yfir 50, árið 2000, 2005 og 2007. Við vitum ekki nánar úr hverju þetta fólk deyir en getum séð af öðru að háa talan fyrir 2000 og 2005 svarar til ungra vímuefnafíkla sem tóku of stóran skammt af morfíni. Talan fyrir árið 2009 er áætlanleg miðað við árin á undan þó að hlutfall þeirra sem eru 20-30 ára þegar þeir deyja sé nokkuð hátt.

Hafa verður í huga að þjónustuskerðing er ekki komin til framkvæmda sem

ÁFENGIS OG VÍMUEFNAFÍKNA ER ALVARLEGUR SJÚKDÓMUR OG ÞAÐ VERÐUR ÖLLUM LJÓST ÞEGAR ÞEIR SKOÐA ÓTÍMABÆR DAUÐSFÖLL HJÁ FÍKLUM SEM HAFNA VERIÐ Á VOGI.



YFIR 40 DEYJA Á ÁRI Af þeim sem eru undir 55 ára, og hafa farið á Vog, deyjja yfir 40 á ári. Og þeim fer ekki fakkandi.

nokkru nemur árið 2009 og að á árinu 2010 hafa verið boðaðar minni fjárveitingar til bráðamóttöku sjúkráhusanna, sjúkralutninga, löggæslunnar og sjúkráhusins Vogs. Þessi þjónustuskerðing bitnar vissulega á veikum vímuefnafíklum sem þurfa hvað mest á þessari þjónustu að halda. Þáð vekur því ugg, þótt allt of snemmt sé að segja hvernig árið 2010 mun endanlega koma út, að tölur um dauðsföll úr gagnagrunni Vogs fyrir fyrstu 4 mánuði ársins 2010 eru hærri en á vöndu árunum eftir 2000.

Í desember síðastliðnum afhentu aðstandendur SÁÁ þingmönnum yfir 20 þúsund undirskriftir frá Íslendingum sem skoruðu á stjórnvöld að endurskoða niðurskurð á framlögum heilbrigðisráðuneytisins. Enn eru blíkur á lofti og horfur slæmar fyrir þetta ár.



PÁLL ÓSKAR SKEMMTI Páll Óskar steig að sjálfsgöðu á stokk og tók lagið.



DIDDÚ OG PÁLL ÓSKAR Systkinin Sigrún og Páll létu sig ekki vanta á Austurvöll en stemmingin var hlýleg á aðventunni.

Borgum 150 milljónir með sjúkráhusrekstrinum

„Samkvæmt okkar áætlunum lítur út fyrir að SÁÁ muni þurfa að borga 150 milljónir með sjúkráhusrekstrinum á þessu ári,“ útskýrir Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á Vogu.

Í fyrra þurfti SÁÁ að greiða 75-80 milljónir með sjúkráhusrekstrinum en þá lá fyrir að framlög heilbrigðisráðuneytis myndu skerðast enn fremur árið 2010. Því fólk SÁÁ fólk baráttu gegn niðurskurðinum og söfnuðu félagar okkar yfir 20 þúsund undirskriftum og afhentu þingmönnum. Þeir tóku við undirskriftunum á Austurvelli 15. desember en létu það hafa lítil áhrif á sig.



ÞINGMENNIRNIR OKKAR SÁÁ fólk hefði hæglega getað safnað fleiri undirskriftum en það virtist ekki hafa mikil áhrif á þingmennina.

„Það má búast við frekari skerðingu af hálfu ríkisins á næstu árum,“ segir Þórarinn en hann býst við að þurfa að spara 70-80 milljónir á þessu ári. „Slíkur sparnaður næst ekki nema með því að minnka þjónustuna og gera eðlisbreytingar á meðferðinni.“



MÚGUR OG MARGMENNI Það var góð mæting þegar SÁÁ fólk afhenti þingmönnum yfir 20 þúsund undirskriftir.



AF HVERJU KAUPIR ÞÚ ÁLFINN?



Ég kaupi álfinn vegna þess að ég eins og flestir Íslendingar á aðstandendur sem hafa þurft á aðstoð SÁÁ að halda í gegnum tíðina. Það er sérstaklega mikilvægt að styrkja SÁÁ núna þegar kreppir að því að aukning á vandamálum sem tengjast fíknunum er alþekkt kreppueinkenni. Því miður hefur niðurskurðurinn bitnað á SÁÁ eins og fleiri heilbrigðisstofnunum. Ég geri því ráð fyrir að kaupa fleiri en einn álf í næsta átaki.

Birgitta Jónsdóttir alþingiskona



Ég hef sjálf notið þjónustu SÁÁ og líft á það sem forréttindi að hafa fengið að kynna þvi sem fram fer á meðferðarstofnunum SÁÁ. Þar lærði ég meira um sjálfa mig á skómmum tíma en alla mína ævindaða. Ég væri ekki sú sem ég er ef ekki væri fyrir það lán mitt. Auk þess er alkohólismi sjúkdómur sem heyrjað hefur mjög á fjölskyldu mína, annað foreldri, systkini, maka og börn. Ég hef oft hugsað til þess hvort faðir minn hefði fengið að lifa lengur ef SÁÁ hefði verið til fyrir lát hans 1974. Niðurstaðan er að sú hefði verið raunin.

Katrín Jakobsdóttir menntamálaráðherra

Ég kaupi álfinn til að styrkja hio góða starf SÁÁ sem hefur hjálpað feykimörgum að takast á við erfiðan sjúkdóm og byggja líf sitt á nýjum grunni.

Bergljót Davíðsdóttir blaðamaður

Álfurinn er árviss kaup hjá mér, - smá styrkur og virðing- arvottur fyrir hio mikilvæga starf sem unnið er á vegum SÁÁ. Það frumkvöð- uisstarf sem unnið er á vegum samtakanna er ómetanlegt og hefur verið horft til þess víða að úr heiminum. Það er stór þáttur í velferðarkerfi okkar, - sem hefur komið mörgum sem leiðst hafa af leið aftur á réttan kjól. Meji það blómstra hér eftir sem hingað til.

Ásta R. Jóhannesdóttir forseti Alþingis

SIGURÐUR GUNNSTEINSSON, áfengis- og vímuefnaráðgjafi á sjúkráhusinu Vogu, hefur starfað með alkohólístum síðan í desember 1978. Hann settist niður og velti fyrir sér hvað bati frá áfengis- og vímuefnafíkn sé í raun og veru.

Bati frá áfengis- og vímuefnafíkn

BATI

Á þeim rúmu þrjátíu árum sem ég hef starfað með alkohólístum á Íslandi hafa batahorfur breyst frá því að vera mjög litlar yfir í að vera mjög miklar. Það er samt ekki hægt að horfa fram hjá þeirri staðreynd að enn deyjja um 40-50 manns á ári vegna alkohól- isma.

Öft tölum við sem störfum við þetta um góðan bata en hvað er góður bati? Hvað þýðir það þegar þessi eða hinn er í góðum bata frá alkó- hólisma? Í hverju er batinn fölginn? Fjölskylda alkohólístans sjálfir veit að ef alkohólístinn er ekki að drekka þá er allt í lagi, en það ekki endilega góð skilgreining á bata.

Þegar sjúkdómur er annars vegar, hvaða sjúkdómur sem er, þá skiptir máli að sem flestir sem að máli- nu koma vitu hvað sé góður bati frá sjúkdóm- inum.

Sjúklingurinn í afneitun

Skilgreining á bata frá alkohólisma snertir ekki eingöngu alkohólístann sjálfan heldur alla sem að málinu koma, hvort sem það er fjölskyldan eða fagfólk úti í samfé- laginu. Það er mjög mikilvægt að sem flestir séu sam- mála um hvað sé bati frá áfengis- og vímuefnafíkn.

Þegar fólk er inni á sjúkra- húsinu Vogu eða í eftirmeðferð á stofnunum SÁÁ þá reynum við sem hér vinnum að tit- skýra fyrir fólki hvað bati frá sjúkdóm- inum sé í raun og veru.

ALKÓHÓLISMI

„Öft gleymist það að alkohólismi er sjúkdómur þar sem sjúklingur hefur tilneigingu til að neita því að hann sé veikur.“

Sé ég þig en ekki mig?

HAMINGJA

Þegar menn og konur hafa eitthvað mikilvægt að sýsla við snýst það um staðreyndir. Í einkalífi okkar er þó mest fengist við hugmyndir og hughrif.

Í hinum svokölluðu mikilvægu hagnýtu viðfangsefnum okkar reynum við að hafa skýr markmið, eitthvað sem við stefnum að. Við stundum viðskipti til að hagnast, hlaupum til að vinna. Hvert skref á að færa okkur nær takmarkinu.

En að hverju stefnum við í einkalífi okkar? Að vera hamingjusöm? Hamingja, lífsýlling, friður og kærleikur geta tæpast verið eitthvað praktískt sem við stefnum að, heldur aðeins eitthvað sem við upplifum og skynjum. Sá sem

En þá erum við fyrst og fremst að tala um upphaf batans, eða bataferilsins. Sjúklingurinn er tiltölulega stutt hjá okkur, allavega hvað bataferlið varðar. Hér er alkohólístinn kannski bara rétt fyrstu vikurnar eða mánuðina. Þetta er upphafið að batanum, eðrímenskann sjálf. Viðkomandi hefur leitað sér aðstoðar og fengið hjálpu til að koma sér út úr vímuefnaneysl- umni. Það gerir fólki bara kleift að byrja bataferlið. Öft gleymist það að alkohólismi er sjúkdómur þar sem sjúklingur hefur tilneigingu til að neita því að hann sé veikur. Ef þú ert með annan sjúkdóm þá eru flestir fljóttir til að hlaupa til og biðja um hjálpu. En þegar áfengis- og vímuefna- fíkn gegnir það öðru máli.

Skilningur okkar á bata

Bati er sjálfvalin og við- varandi lífsstíll sem ein- sem flestir sem að máli- nu koma vitu hvað sé góður bati frá sjúkdóm- inum.

Skilyrði númer eitt er auðvitað að stöðva alla neyslu á öll- um vímuefnum, punktur. Það eru engin frávik. Ef þú ert með þennan heila- sjúkdóm, alkó- hólisma, þá ertu ekki að taka inn einhleypa inn í þig efnum sem hafa þau áhrif að þú getur velt þessu líferni þínu úr sessi.

Þessi skilningur þarf að ná festu úti í sam- félaginu. Okkar fólk sem að fær meðferð og upplýsingar ger- ir sér grein fyrir þessu, með einhverjum und- antekningum þó, en það er ekki þessi skil- ningur hjá öllum sem að málinu koma. Við sjáum

Skilyrði númer eitt er auðvitað að stöðva alla neyslu á öll- um vímuefnum, punktur. Það eru engin frávik. Ef þú ert með þennan heila- sjúkdóm, alkó- hólisma, þá ertu ekki að taka inn einhleypa inn í þig efnum sem hafa þau áhrif að þú getur velt þessu líferni þínu úr sessi.

Þessi skilningur þarf að ná festu úti í sam- félaginu. Okkar fólk sem að fær meðferð og upplýsingar ger- ir sér grein fyrir þessu, með einhverjum und- antekningum þó, en það er ekki þessi skil- ningur hjá öllum sem að málinu koma. Við sjáum



stefnið að hamingju er ekki haming- jusamur. Hamingja sem markmið í líf- inu gæti verið sjálfsþekkning - örð sem við notum til að fela þá stað- reynd að hin mörgu markmið okk- ar stefna hvert í sína átt og eru oft ósamrýmanleg. Að strita

AÐ STRITA TIL AÐ VERÐA HAMINGJUSAMUR ER ÓSKHYGGJA



SIGURÐUR GUNNSTEINSSON SKRIFAR

Það því miður gerast að alkohólísti fer kannski til læknis út af svefntruflun- um eða kvíða vegna einhvers ástands og þá er oft ávisað lyfjum sem mann- eskjan þolir ekki. Margir hafa farið þá leiðina aftur inn í harða neyslu. Og þetta er kannski gert með góðum ásetningi. Læknirinn ætlar kannski bara að hjálpa og treystir viðkomandi, segir alkohólístanum að hann eigi bara að taka eina töflu fyrir svefninn, en það fer oft öðruvísi þegar alkohól- ísti er annars vegar. Neyslumunstrið hans er þannig að tvær gera meira en ein, fjórar meira en tvær og svo rullar það upp á sig.

Það er mikilvægt að í batanum fel- ist það að viðkomandi teygi sig eft- ir auknum lífsgæðum. Að alkohólíst- inn stuðli að eigin heilbrigði og auki á gæði síns persónulega lífs. Hér horf- um við til líkamlegrar og andleg- ar heilsu. Það eru auðvitað til ýmsir staðlar yfir þau hvað er gott heilbriggt líf og við leggjum áherslu á að fólk geri meira en bara setja tappann í flöskuna. Reglusemi og heilbrigði er hér lykilatriði. Hvort sem það er varð- andi mataræði eða hreyfingu. Okk- ar fólk þarf að kunna að takast á við streitu og kvíða án þess að taka inn lyf. Algáð líferni er lífsstíll og við höf- um séð rosaalegan árangur af því leik- um okkar fólk tekur sig í gegn eftir að þegar vímuefnafíknin er annars veg- ar bati. Meðferðin er bara fyrsta skref- ið í langri þróun. Alkohólístanum er ekkert batnað eftir 40 daga meðferð. Hann hefur eftirvill aðeins náð ein- hverju lágmarks jafnvægi og varla það stundum. Alkohólístinn þarf mikinn stuðning í upphafi ferilsins og bata- ingur er mjög langur tíma. Maður tal- ar AA-deildir á Íslandi en nú eru þær um tvö hundruð. Varanlegur bati frá áfengis- og vímuefnafíkn og regluleg fundasökn í þessu samfélagi helst í hendur.

Fimm ára ferli

Síðan er það tíminn. Hvað erum við að tala um í tíma þegar við tölum um bataþróun? Við tölum alltaf um bata sem þróunarferil, sem við gerum líka þegar vímuefnafíknin er annars veg- ar bati. Meðferðin er bara fyrsta skref- ið í langri þróun. Alkohólístanum er ekkert batnað eftir 40 daga meðferð. Hann hefur eftirvill aðeins náð ein- hverju lágmarks jafnvægi og varla það stundum. Alkohólístinn þarf mikinn stuðning í upphafi ferilsins og bata- ingur er mjög langur tíma. Maður tal- ar AA-deildir á Íslandi en nú eru þær um tvö hundruð. Varanlegur bati frá áfengis- og vímuefnafíkn og regluleg fundasökn í þessu samfélagi helst í hendur.

Upphafið að algáðu líferni hef- ur verið skilgreint sem tímabil sem nemur frá einum mánuði til eins árs.

Upphafið að algáðu líferni hef- ur verið skilgreint sem tímabil sem nemur frá einum mánuði til eins árs.

Upphafið að algáðu líferni hef- ur verið skilgreint sem tímabil sem nemur frá einum mánuði til eins árs.

Upphafið að algáðu líferni hef- ur verið skilgreint sem tímabil sem nemur frá einum mánuði til eins árs.

Upphafið að algáðu líferni hef- ur verið skilgreint sem tímabil sem nemur frá einum mánuði til eins árs.

ARNÞÓR JÓNSSON SKRIFAR

Að það sé upphafstímabil batans. Og í því ferli eru verkefni sem viðkomandi þarf að vinna að ef vel á að vera. Svo kemur viðvarandi algáð líferni eftir þann tíma. Sem spannar þá frá einu til tveimur árum upp í fimm ár. Þá er vinnan að læra að lifa einhverju stöð- ugu líferni. Og síðan kemur kannski það sem hægt er að kalla traust alg- áð líf. Við erum því í raun að tala um fimm ára ferli.

Ef við berum þetta saman við sjúk- dóminn sjálfan og hvernig hann getur leikið fólk þá er þetta ekkert fjarri lagi. Menn eru lengi að jafna sig, bæði lík- amlega, sálrælega, félagslega, andlega og svo framvegis. Það eru afileiðingar og víðgerðir sem þurfa að fara fram á svo mörgum sviðum.

Gera meira en bara hætta

Alkohólismi er krónískur sjúkdóm- ur sem getur tekið sig upp aftur. Þá skiptir engu máli hvort þú ert búinn að vera í bata í eitt eða tvö eða tíu eða tuttugu ár. Ef alkohólísti fer að fúsku um við til líkamlegrar og andleg- ar heilsu. Það eru auðvitað til ýmsir staðlar yfir þau hvað er gott heilbriggt líf og við leggjum áherslu á að fólk geri meira en bara setja tappann í flöskuna. Reglusemi og heilbrigði er hér lykilatriði. Hvort sem það er varð- andi mataræði eða hreyfingu. Okk- ar fólk þarf að kunna að takast á við streitu og kvíða án þess að taka inn lyf. Algáð líferni er lífsstíll og við höf- um séð rosaalegan árangur af því leik- um okkar fólk tekur sig í gegn eftir að þegar vímuefnafíknin er annars veg- ar bati. Meðferðin er bara fyrsta skref- ið í langri þróun. Alkohólístanum er ekkert batnað eftir 40 daga meðferð. Hann hefur eftirvill aðeins náð ein- hverju lágmarks jafnvægi og varla það stundum. Alkohólístinn þarf mikinn stuðning í upphafi ferilsins og bata- ingur er mjög langur tíma. Maður tal- ar AA-deildir á Íslandi en nú eru þær um tvö hundruð. Varanlegur bati frá áfengis- og vímuefnafíkn og regluleg fundasökn í þessu samfélagi helst í hendur.

Upphafið að algáðu líferni hef- ur verið skilgreint sem tímabil sem nemur frá einum mánuði til eins árs.

Upphafið að algáðu líferni hef- ur verið skilgreint sem tímabil sem nemur frá einum mánuði til eins árs.

Upphafið að algáðu líferni hef- ur verið skilgreint sem tímabil sem nemur frá einum mánuði til eins árs.

Upphafið að algáðu líferni hef- ur verið skilgreint sem tímabil sem nemur frá einum mánuði til eins árs.

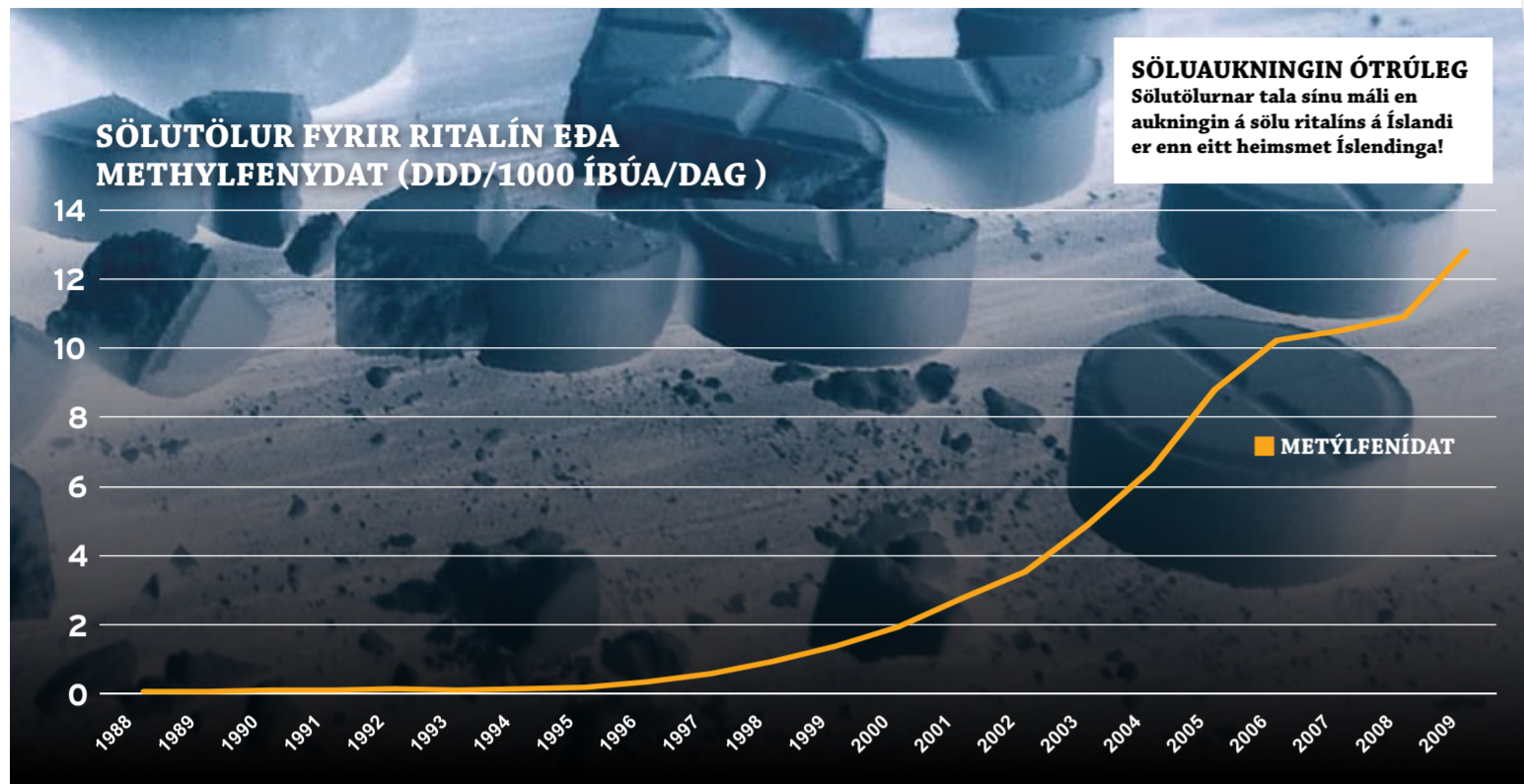
Upphafið að algáðu líferni hef- ur verið skilgreint sem tímabil sem nemur frá einum mánuði til eins árs.

Upphafið að algáðu líferni hef- ur verið skilgreint sem tímabil sem nemur frá einum mánuði til eins árs.

Upphafið að algáðu líferni hef- ur verið skilgreint sem tímabil sem nemur frá einum mánuði til eins árs.

ARNÞÓR JÓNSSON SKRIFAR

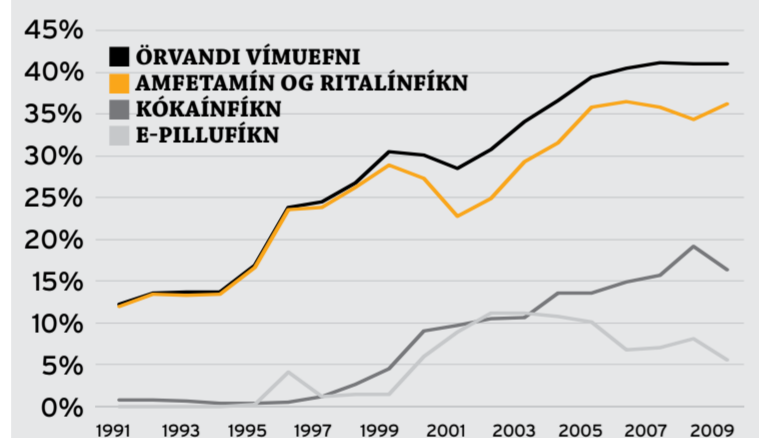
RITALÍN er að verða faraldur á Íslandi. Taka verður ávísun lækna á lyfið til gagngerar endurskoðunar. Framboð af amfetamíni, kókaini og E-pillum dregst saman í kreppunni en ritalínneyslan eykst hratt og veldur því að í raun fjölga amfetamínfíklum á Íslandi á meðan kókain- og E-pillufíklum fækkar.



Ritalín er eitt eftirsóttasta vímuefnið

„Það verður ekki um villst að ávísun lækna á lyfið methylfenýdat, eða ritalín, verður að endurskoða,“ segir Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á sjúkrahúsinu Vog, en tölulega upplýsingar frá sjúkrahúsinu og könnun á örvandi vímuefnaneyslu sjúklinga sem leita sér meðferðar á þessu ári sýna svo ekki verður um villst að ritalín er eitt eftirsóttasta vímuefnið á ólöglega vímuefnamarkaðinum.

HLUTEFALL ÖRVANDI VÍMUEFNAFÍKLA AF SJÚKRALINGAHÓP Á SJÚKRALINGUM VOGI 1991-2009



KÓKAÍN OG E-PILLUFÍKN MINNI En á heildina lítið þá vegur aukningin á amfetamín- og ritalínfíklum upp minnkunina.

ar breytingar og lögðum í viðamikla upplýsingasöfnun um örvandi vímuefnaneyslu á Vog,“ útskýrir Þórarinn

en nú ljiggja fyrir fyrstu upplýsingarnar um 600 einstaklinga sem komið hafa á Vog þetta árið. Í ljós kemur að 429 hafa

103 AF 109 SPRAUTU-FÍKLUM ERU AÐ NOTA RITALÍN EITT OG SÉR EÐA MEÐ ÖRÐUM ÖRVANDI VÍMUEFNUM

notað örvandi vímuefni og 109 hafa sprautað efnunum í æð. Af þeim 109 sem sprautu hafa örvandi vímuefnum í æð segjast 64, eða um 60%, að ritalín sé það efni sem þeir noti mest eða næstmest. Þeir segjast sprauta sig 10-20 sinnum á dag og nota tegir taflna daglega. 103 af 109 sprautufíklum eru að nota ritalín eitt og sér eða með öðrum örvandi vímuefnum. „Þessar upplýsingar ber að taka alvarlega og þær kalla á viðbrögð,“ segir Þórarinn en fagfólk á Vog hefur miklar áhyggjur ef ávísanir lækna á ritalín verði ekki teknar til gagngerar endurskoðunar.

Amfetamínfaraldur á Íslandi
Faraldur ólöglegrar amfetamínneyslu að saenski fyrirmynd hófst á Íslandi árið 1983. Faraldurinn einkennist af því að neytdurnir notuðu stóra sakamta af efninu og voru þekktir kannabisneytdendur fyrir. Gamli fiklar með nýtt efni. Þeir sugu efnið í nef og um 60% þeirra sprautuðu efninu í æð. Neytdurnir voru ungr og leiddust margir þeirra fljótt út í afbot. Eitt-hvað dró úr faraldurinum frá 1987 til 1992. Á árunum 1995 til 2000 vex faraldurinn gríðarlega og nýju neytdurnir eru mjög ungr og eru að leita sér meðferðar í fyrsta sinn. Nýir fiklar með nýtt efni. Inn í amfetamínfaraldurinn komu svo kókain og E-pillur og æ algengara var að sjúklingarnir sem komu til meðferðar voru að fara úr einu örvandi efninu í annað eftir efnunum og aðstæðum.

Einnmitt á þessum árum 1995 til 2000 er létt hömlun á ávísun lækna á amfetamín og skyldra efna. Sölutölur rjúka þá upp og við setjum enn eitt heimsmetið. Um og eftir 2000 verður það æ algengara að sjúklingar leita á Vog sem fyrst og fremst eru háðir ritalíni og sprautu því í æð. Sjúklingarnir sögðu fikn sína í þetta efni jafnvel sterkari en í flest önnur vímuefni. Þetta var auðvitað óásætlanlegt en ástand hélt nokkuð óbreytt næstu árin hvað ritalíni varðaði meðan kókainneysla sótti í sig verðið.

Nota tugir taflna daglega
„Við höfum verið að skoða þess-

VERÐ Á ÓLÖGLEGUM VÍMUEFNUM

Dags	Hass	Gras	Amf.	Kók.	Epilla	LSD	Contalgen 60mg	Contalgen 100mg	Heróín	Rit	Sub	Fj. sj.
29-okt-09	2.940	3.880	5.100	15.000	2.750		2.250	3.500		560		47/21
30-nóv-09	3.210	4.200	5.800	15.600	2.500	2.000		3.500		620		51/22
29-des-09	3.500	4.800	6.200	18.300	3.000	2.500		3.500		720		47/23
28-jan-10	3.000	4.410	5.080	14.270	3.000	2.500				500		50/24
26-feb-10	2.900	3.710	5.470	12.420	4.000	2.000	3.500	4.000		730		52/21
26-mar-10	2.580	3.490	4.370	14.800	3.000	3.000	2.000	3.500		870		50/26
30-apr-10	2.810	3.710	4.680	13.800	2.880		2.500	3.500		800		54/27

Verðið lækkar í desember í fyrra náði verðið á ólöglega vímuefnamarkaðinum ákveðnu hámarki en verðið hefur farið lækkandi síðan.

VERÐ Á ÓLÖGLEGUM VÍMUEFNUM Á ÍSLANDI:

KANNABISEFNI OG AMFETAMÍN LÆKKA

Reglulega kannar starfsfólk á sjúkrahúsinu Vog verð á ólöglegum vímuefnum. Um er að ræða svokallað „götuverð“ og allir sjúklingar sem koma á Vog, og hafa heilsu til, taka þátt í könnuninni. Í nýrri könnun, sem birt er á vef samtakanna, www.saa.is, kemur í ljós að kannabis og ólöglegt amfetamín lækka lítillega í verði. Á síðasta ári fór grammíð af hassi hæst í 3500 krónur og grammíð af grasi náði 4800 krónum í fyrra. Í dag er hassið komið niður í 2800 og grasið í 3700. Ólöglegt

amfetamín náði í fyrra 6200 en er nú komið undir 5000 krónur. Kókain hefur einnig lækkað í verði frá því í fyrra, fór hæst í 18000 en er nú komið undir 14.000. Það sem vekur þó mesta athygli er lítið er til síðustu tólf mánaða er vaxandi notkun ritalíns. Hver tafla er seld á 500 til 1.000 krónur, eftir því hvernig ástandið er. Verðir er þó oftar nær þúsund krónum og ljóst að ávísun lyfsins virðist alveg komin úr búndunum.

Kannabisefni lækka
Grammið af hassi hefur farið lækkandi og kostar nú um 2.800 krónur á meðan grammíð af grasi er á 3.700.



AF HVERJU KAUPIR ÞÚ ÁLFINN?

Það er einhver kátina og kanvisi yfir álfinn. Að minnsta kosti kemur hann mér í gott skap. Það er bæði gott að horfa á hann og þreifa á honum. Það er gott að hafa álfinn með í för. Einn þekki ég sem alltaf er með fimm álfa í för með sér. Samt trúir hann ekki á álfa. Ég kaupi alltaf álf, og stundum álfa, því álfurinn ber með sér birtu og von. Þeim peningum er vel varið, því starf SÁÁ er starf sem ber raunverulegan árangur. Líf ungmenna, sem ná að snúa blaðinu við, er mikils virði. Að vera uppbyggilegur maður í stað þess að hrista í myrkri fiknar, að lyfta grettistaki í stað þess að vera baggi á sjálfum sér og öðrum, það er árangur SÁÁ sem álfar eiga sinn þátt í að hrinda í framkvæmd. Fjölgðu álfunum í lífi þínu! Sjúðu árangurinn, kraftaverkin sem gerast.

Einar Már Guðmundsson rithöfundur



Ég kaupi alltaf nokkra álfa. Við þurfum sameiginlegt átak til þess að hjálpa þeim unglingum sem hafa ánetjast vímuefnum og þurfa á okkar hjálp að halda. Þeir eiga líka að minna okkur á að enn þurfum við að standa saman í forvarnarskoti fyrir unga fólk. Næstu kynslóð sem vonandi verður það vel upplýst og skynsam að hún sleppi því algjöflega að neyta vímuefna í hvaða formi sem þau eru.

Valgerður Matthíasdóttir, arkitekt og fjölmiðlakona



SÁÁ tekst á við áfengis- og vímuefnavandann, sinnir forvörnum og byggir upp meðferðarúræði. Það er ekki annað hægt en að stöðja við bakið á síkum samtökum. Þess vegna kaupir ég alltaf álfinn, þetta er skemmtilegur og snúður hnoðir sem lætur gott af sér leiða - svo er hann líka fyrirtaks kattaaleikfang!

Þórhildur Ólafsdóttir fjölmiðlakona



Til að standa með SÁÁ sem hefur staðið með nánast hverri einustu fjölskyldu í landinu á einhverjum tíma. Til að þakka þá samstöðu.

Svandís Svavarsdóttir umhverfisráðgjafi

ÓMAR VALDIMARSSON, verkefnastjóri álfasölu SÁÁ, er ekki í vafa um dulmagnaðan kraft álfanna sem SÁÁ selur á hverju ári. Hann mælir með áheitu á álfinn og segir það skila árangri. Svo bendir hann á að FH-ingar hafi verið hvað duglegastir að selja álfinn síðustu ár og árangurinn hefur ekki látið á sér standa hvað Íslandsmeistararitla í knattspyrnu varðar. Og þau hjá FH ætla að selja fleiri álfa í ár en síðustu ár.



HILMAR OG ÁLFARNIR Um helgina hefst álfasala SÁÁ en þetta er í 22. sinn sem SÁÁ selur álfinn. Hér er Hilmar (í miðid) ásamt félögum sínum Ómari Valdimarssyni (til vinstri) og Ágústi Jónatanssoni (til hægri).

MYND: GUNNAR GUNNARSSON

Áheiti á álfaparið

Að þessu sinni bjóðum við upp á álfapar,“ segir Ómar Valdimarsson, verkefnastjóri álfasölu SÁÁ, en yfirskrift álfasölu er: „Álfurinn - fyrir unga fólk.“ Enda verður öllum hagnaði af sölnunni verið til að efla unglingadeildina á Sjúkrahúsinu Vog. Oft hefur verið þörf en nú er nauðsyn.

ÁLFAPARIÐ
„Karlar geta keypt sér álfkonu, konur álf - eða öfugt,“ segir Ómar Valdimarsson verkefnastjóri.



Álfurinn tákn um hið góða
„Það hefur komið í ljós að það skilur okkur ótrúlegum árangri að heita á Álfurinn,“ segir Ómar Valdimarsson og

er ekki að grínast. „Álfurinn er tákn um að maður stendur með lífinu frekar en dauðanum og maður er til í að leggja sitt af mörkum til að gefa ungu fólk

HILMAR KRISTENSSON á alla álfa frá upphafi:

22 álfar með mér

„Jú, þeir eru 22 talsins, með mér,“ segir Hilmar Kristensson leigubílstjóri um 21 álf sem hann hefur safnað í gegnum árin en Hilmar er ein af aðalsprautunum í félagsstarfi SÁÁ og er nú vinnu að álfasölnunni sem fer í gang um helgina.

„Ég hef alltaf keypt álfinn og mun kaupa parið núna í ár líka,“ segir Hilmar en á hverju ári breytist útlit álfins sem SÁÁ selur til styrktar unga fólkinu okkar. „Svo fölna þeir með árunum og þeir eru bjartastir þessir nýjstu, svöldið eins og mannfólkið kannski.“

NÝFERMDIR KRAKKAR ERU AÐ KOMA Í MEÐFERÐ OG

SUM ANSI ILLA FARIN AF LANGVARANDI NEYSLU ÁFENGIS

á að lifa mannsæmandi lífi.“ Það er nú þegar yfir 20 þúsund manns í landinu sem hafa farið í gegnum meðferð hjá SÁÁ og þeir geta allir vinnu um þetta. Það sama gildir um fjölskyldur þeirra því enginn alköhólisti er einn, jafnvel þótt þeir telji sjálfir að svo sé á meðan þeir eru í neyslu.

„Mín eigin meðferð um árið hafði þannig bein - og góð - áhrif á að minnsta kosti tuttugu manns,“ segir Ómar í baráttuhug.

FH sigursælt og söluhæst
Hin ýmsu félagsamtök og íþróttafélög hafa verið dugleg við að nota álfasölu SÁÁ til að styrkja starf unga fólksins. Þannig hefur íþróttafélagið

FH verið söluhæst undanfarin ár. Ómar er ekki undrandi á að árangurinn skili sér alla leið upp í meistaraflokk þar sem FH-ingum hefur gengið einna best, sér í lagi í meistaraflokk karla í knattspyrnu.

„Og í ár leggjum við allt undir og bjóðum upp á álfapar. Karlar geta keypt sér álfkonu, konur álf - eða öfugt. Þetta er ekki mikill peningur - 1500 krónur fyrir stykkið eða 3000 krónur fyrir parið.“

Allur peningurinn fer, sem fyrr segir, í að efla unglingadeildina á Vog og veitir ekki af. Það er alltaf að fjölga því unga fólk sem leitar til SÁÁ - og það hræðilega er að aldurinn er að færast neðar. Nýfermdir krakkar eru að koma í meðferð og sum ansi illa farin af langvarandi neyslu áfengis eða annarra vímuefna. Kreppan kemur illa niður á þessum krökkum og mikilvægt að Vogur skeri ekki niður þjónustu við unga fólk.



VOGUR Allur peningurinn sem safnast fer í að efla unglingadeildina á Vog og veitir ekki af. Það er alltaf að fjölga því unga fólk sem leitar til SÁÁ.

HRINGJA Í 907-1500
Á meðan sölu álfins stendur gefst Íslendingum kost á að hringja í 907-1500 og þá dragast 1500 krónur af símréikningi. Allt til styrktar unga fólkinu okkar!



SÁÁ bjargaði lífi mínu

MYND: HARI SKUGGAVERK.COM

Ofurbloggarinn **JENNY ANNA BALDURSDÓTTIR** byrjaði að blogga til að halda sér edru. Hún var nýkomin úr meðferð og hafði nægan tíma og var líka bara skíthrædd um að falla. Nú er hún einn af bloggurum Eyjunnar og fær um fimm þúsund heimsóknir á dag þegar best lætur. *Mikael Torfason* kíkta í kaffi.

„Eftir að ég kom úr meðferð 2006 hafði ég allt í einu miklu meiri tíma en ég vissi hvað ég ætti að gera við,“ útskýrir Jenny Anna Baldursdóttir ofurbloggari um tilurð þess að hún fór að blogga. „Það var runnið af mér og vegna neyslunnar var ég orðinn sjúklingur, tímabundið. Ég hafði geymt símsímtöl 1 og var búinn að missa mátt í fætinum og það var óvíst um hvort það kæmi aftur í hann kraftur. Svo ég sat eiginlega föst heima og hafði ekkert að gera.“

Ög þetta byrjaði sem snúrublogg er það ekki?

„Jú, ég var skellingu lostin við að falla og þess vegna fór ég að blogga um hvernig var að vera edru. Ég var nær dauða en lífi þegar ég komst undir manna hendur hjá SÁÁ og vildi lífa.“ svarar Jenny en hún fékk mikil og góð viðbrögð við snúrublogginu. „Fólk var mjög hrifnið af þessu bloggi. Ég fékk mikið af kommentum á bloggð og fullt af tölvupóstum frá fólki sem vantaði upplýsingar eða ráð. Ég bentu þeim auðvitað bara á fagfólk í þessum efnun. SÁÁ bjargaði lífi mínu.“

Allt öðrum að kenna

Eftir því sem tíminn leið þróaðist bloggð hennar Jenny úr því að vera blogg um edrúmennsku yfir í að vera um allt milli himins og jarðar. Í hruninu varð Jenny svo einn af vinsælustu bloggurum landsins enda mikil eftirspurn eftir hispurlausum sköpunum. Nú er svo komið að Jenny er að fá allt að 5000 heimsókn- um á dag.

Þú ert kjafthor uppreisnarseggur er það ekki?

„Jú, jú. Það má alveg segja það. Ég hef ofboðslega gaman að hrista upp í hlutunum. Reyni einmitt stundum að fara í taugararnar á til dæmis mál- hreinsunarmönnum á blogginn. Skít inn orðum eins og fokk og allskonar enskum orðum með íslenskrí stafsetningu.“



JENNY ANNA BALDURSDÓTTIR „Ég var fársjúk og neyslan var farin að hafa áhrif á minnið mitt, ég hafði fyrir löngu gleymt öllum símanúmerum og ég laug stöðugt og það var voru allir að gefast upp á mér þegar ég fór loksins á Vog.“

Jenny Anna er líka pólitísk og var flokksbundinn Allaballi á sínum tíma. Hún hefur sterkar skoðanir á hvað er að gerast í landinu okkar. „Að fylgjast með þjóðmálanum er eins og að vera á sveppum og horfa á Fellini bíómýnd.“ segir hún og hlær. „Ei, stundum er samt voða leiðinlegt að horfa upp á hversu erfið er mikil eftirspurn eftir hispurlausum sköpunum. Nú er svo komið að Jenny er að fá allt að 5000 heimsókn- um á dag.“

Gardínufikill

„Þótt ég bloggi mikið um þjóð- málin núna er ég alltaf með edrú- mennskuna mína uppi á borðinu, líka í blogginn. Mér finnst það bara vera spurning um heilbrigði.“ segir Jenny. „Þetta er bara ég og þótt ég sé ekkert að troða því upp á fólk þá

finnst mér mikilvægt að vera ekki með neinn feluleik.“ Jenny hefur aðeins fengið eitt bakslag í edrúgöng- unna sína sem hófst á Vog fyrir fjórum árum. Ári eftir að hún náði að verða edru slasaðist hún og þurfti að fara á lyf og fór því strax á Vog en það er þjón- usta sem alkohólístum og fíklum býðst því oft getur þeim reynt erfið að neyðast til að taka lyf.

„Ég var líka aðallega pillu- sjúklingur. Labbaði varla framhjá lyfjaskápnun öðruvísi en að bæta á mig nokkrum pillum,“ útskýrir Jenny og hlær að öllu saman í dag enda finnst henni mikilvægt að ná til kvenna í svipaðri stöðu og hún var í á sínum tíma.

En hvað kemur til að þú farir svona seint í meðferð?

„Ég byrjaði mjög seint að drekka. Drakk sósjalt kannski þegar ég var með stelpurnar mínar ungar og hafði tekið einhverjar rispur áður en ég gifti mig en þetta byrjaði mjög seint hjá mér. En þegar það loksins byrjaði var ég eins sorgleg birtingarmynd af gardínufikill og hægt er að hugsa sér.“

Djöfull er þetta gott

Jenny sér ekki eftir að hafa farið og leitað sér hjálpar enda var hún mjög langt leidd.

„Ég var fársjúk og neyslan var farin að hafa áhrif á minnið mitt, ég hafði fyrir löngu gleymt öllum síma- númerum og ég laug stöðugt og það var voru allir að gefast upp á mér þegar ég fór loksins á Vog. Ég þorði varla að fara út úr húsi og var orðin spíkteit og leið mjög illa.“

Stelpurnar hennar Jenny, sem eru fæddar frá 1970-1980, voru líka farn- ar að gefast upp á henni. En þetta eru flottar stelpur sem Jenny er afar stolt og sú elsta er lögfræðingur, sú næst- elsta framkvæmdarstjóri í London og sú þriðja er að læra sagnfræði við Háskólann.



JENNY OG INGA VINKONA Jenny hefur alltaf verið í þínu uppreisn og á það til að vera þínu kjafthor á blogginn þótt hún sé auðvitað dama.



JENNY LITLA Jenny ólst upp við alkohólisma á heimilinu sínu og segist vera prótótýpa fyrir meðvirka manneskju.



AÐ MESSA YFIR LIÐINU „Ég byrjaði mjög seint að drekka,“ segir Jenny aðspurð um ástæðuna fyrir því að hún fer svo seint á lífsleiðinni í sína fyrstu meðferð.



BLOGGARINN JENNY „Þótt ég bloggi mikið um þjóðmálin núna er ég alltaf með edrúmennskuna mína uppi á borðinu, líka í blogginn.“



TÖFFARINN JENNY Fyrst byrjaði Jenny að blogga til að halda sér edru og hún gerir það enn þótt þjóðmálin séu oftast efst á baugi hjá henni.

ÉG VAR FÁRSJÚK OG NEYSLAN VAR FARIN AÐ Hafa ÁHRIF Á MINNIÐ MITT, ÉG HAFÐI FYRIR LÖNGU GLEMYT ÖLLUM SÍMANÚMERUM OG ÉG LAUG STÖÐUGT

„Það er eiginlega óhugnanlegt hvað ég er ánægð með lífið núna. Ég er enn að vakna á morgnana og segja við sjálfa mig: Djöfull er þetta gott! Þetta einfaldar náttúrulega alla lífins hluti að vera edru. Þetta er allt annað líf og snýst kannski fyrst og síðast um ábyrgð.“

Læknaritari með malkka En hvað kemur til að þú sért svona mikil nútímamanneskja, á blogginn og öll í tölvum og slíku? „Ég hef alltaf haft áhuga á tölvum. Á sínum tíma starfaði ég sem lækna- ritari á landspítalanum og var ein af

ÞETTA FÓLK ER EINS OG MAÐUR VAR SJÁLFEUR ÁÐUR EN MAÐUR FÓR Í MEÐFERÐ. ÞAÐ VAR ALLT ÖÐRUM AÐ KENNA OG MAÐUR VAR SVO MIKIÐ FÓRNARLAMB

útskýrir Jenny en það hefur margt á daga hennar drifið. Hún Jenny var líka um tíma ritari hjá Aðalverktökum („komminn sjálfur!“) og svo bjó hún í Svíþjóð í fimm ár en flutti heim út af stelpunum. Fannst einhvern vegin eins og þær ættu að fá íslenska memntun.

„Ég hugsa samt oft til þess hvað það var gott að búa þarna úti. Auðvitað er Ísland ekki verst staður í heimi en það var ótrúlega gott að búa í Sví- þjóð.“

Bakklæti ofarlega

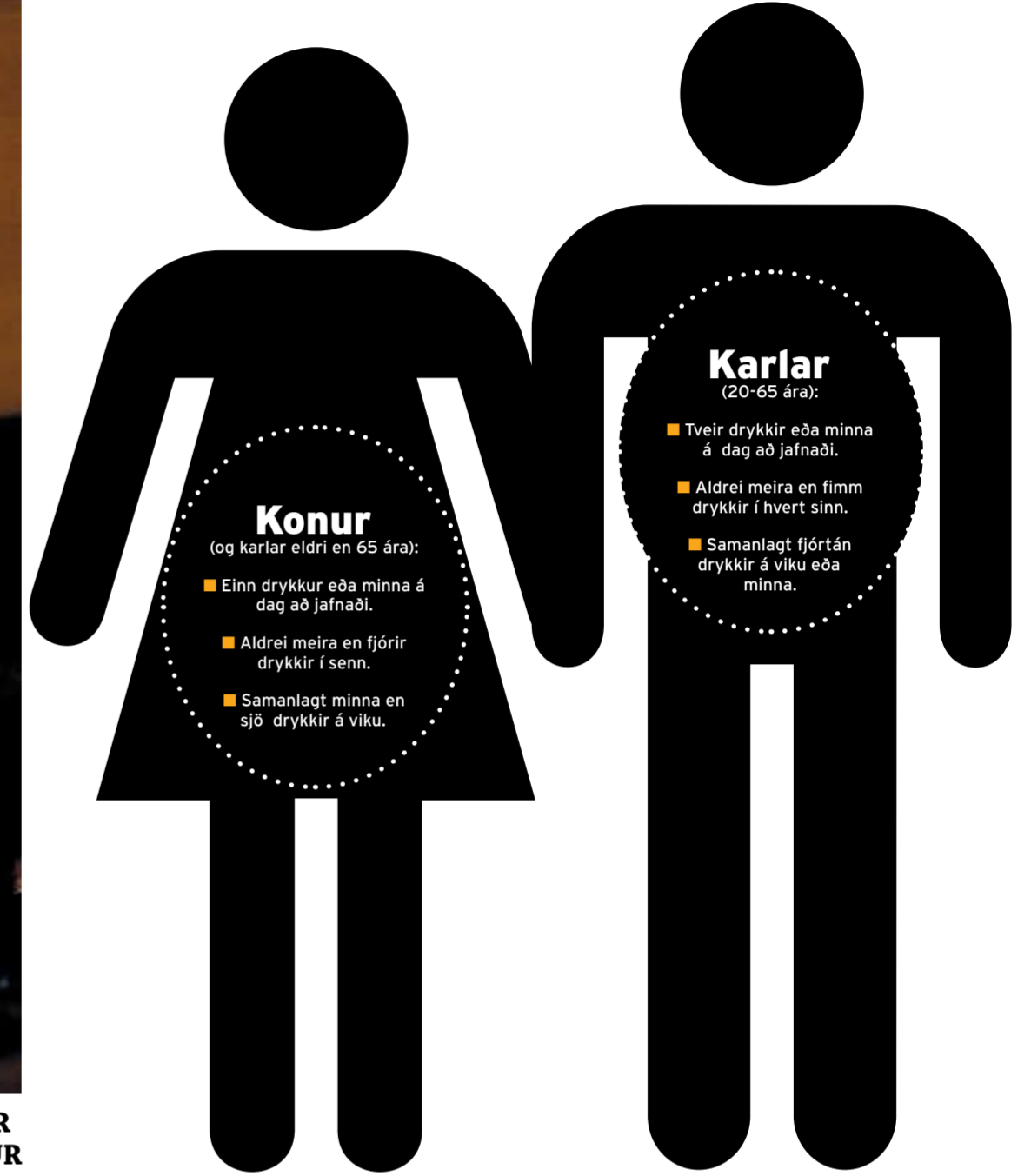
Foreldra Jennyjar voru reglufólk en hún ólst hinsvegar upp við alkohól- isma hjá frænda sínum því Jenny ólst upp hjá langömmu sinni og syni hennar. Fólk fæddur 1899 og 1879.

„Þetta var yndislegt fólk, for- dómalaust, viðsýnt og sjálfmennt- að. En hann var mikill túramaður og kannski er ég þess vegna prótótýpan af meðvirki manneskju. Ég sogaði alveg til mína alkana áður en ég byr- jaði sjálf að drekka,“ útskýrir Jenny á sinn einleika og glaðlega hátt.

Viltu segja eitthvað að lokum?

„Já, ég vil bara þakka SÁÁ fyrir að bjarga lífi mínu. Þarna er sam- an komin mikil þekking og kunnátta. Það er því svo sorglegt að SÁÁ þurfi sífellt að vera í tilvistarbaráttu eftir allan þennan tíma.“

VISSIR ÞÚ AÐ... HÓFLEG DRYKKJA ER SKILGREIND Á EFTIRFARANDI HÁTT:



HVAÐ ER EINN DRYKKUR AF ÁFENGI?

Vínföng innihalda mismunandi mikið magn af áfengi og því er nauðsynlegt að finna mælikvarða sem al- menningur á auðvelt með að skilja. Sú venja hefur skapast að tala um drykki af áfengi sem þá eru skil- greindir á eftirfarandi hátt: Einn drykkur eða vínskammtur inniheldur um 12 g af hreinu áfengi. Slíkur skammtur svarar

til u.þ.b. eins barskammts (sjúss) sem eru 30 ml af brenndu víni, um 150 ml af létu víni eða um 400 ml af bjór. Ofangreind mörk hófdrykkju geta verið of há fyrir aldráð fólk eða þá sem eru með vissa sjúkdóma. Ef þú ert í vafa um hvern mörk þin eru skaltu ráðfæra þig við lækni þinn. Fólk yngra en 18 ára á ekki að nota áfengi!!

AF HVERJU KAUPIR ÞÚ ÁLFINN?

Á mínu heim- ili er álfurinn eiginlega vorboðinn - í tvennum skilningi. Þegar hann er kominn í hús er sum- arið skammt undan. En hann er líka tákinn fyrir öll kraftaverkin sem SÁÁ hefur unnið fyrir svo fjálmargar fjöl- skyldur, og þannig ytt lífi þeirra úr vondum alkohólískum vetri inn í nýtt vor. Álfurinn er þess- vegna mín kynjavega, og ég tek honum alltaf með jafnmikilli gleði og hann mér.

Össur Skarphéinsson utanríkisráðgjafi

AÐALFUNDUR SÁÁ

verður haldinn miðvikudaginn 2. júní kl. 17 í Von, Efstaleiti 7.

Dagskrá fundarins er:

- Skýrsla stjórnar um framkvæmdir og starfsemi samtakanna á liðnu starfsári.
- Gjaldkeri leggur fram endurskoðaða reikninga til umræðu og samþykktar.
- Lagabreytingar ef fyrir liggja tillögur um þær.
- Kosning stjórnar, varastjórnar, endurskoðenda og varaendurskoðenda.
- Tekin ákvörðun um félagsgjöld.
- Önnur mál.

AF HVERJU KAUPIR ÞÚ ÁLFINN?

Ég kaupi margna marga álfa vegna þess að allt í kringum mig er fólk í vímu. Allt í kringum mig er feluleikurinn í algleymingi um áhrif og afleiðingar ofneyslu vímuefna. Allt í kringum mig stendur fólk ógn af lífinu sjálfu. Án SÁÁ og trúarinnar á æðri mátt er leikurinn fyrirfram tapaður. Ég kaup álfana alla í minningu þeirra sem dáið hafa um aldur fram vegna fíknisjúkdóma. Það geta allir keypt í það minnsta 5 álfa. Einn fyrir hvern fíkil í fjölskyldunni er gott viðmið. Eða fyllist hús þitt þá af álfum?

Jónína Benediktsdóttir framkvæmdastjóri



Ég kaup álfinn. Nú sem aldrei fyrr er mikilvægt að við leggjum okkar af mörkum þar sem framflog til SÁÁ hafa dregið verulega saman. Stöndum saman, sýnum ábyrgð og stuðning og kaupum álfinn.

Hrafnhildur Hafsteinsdóttir verkefnastjóri



Ég kaup álfinn til þess að styðja góðan málistað. Innan vébanda SÁÁ er á hverjum degi unnið þrjú verkfyrir við að hjálpa fólki sem lendir í klóm fíknar. Svo kaupi ég líka álfinn fyrir börnin mín. Þeim finnst hann myndinn og skemmtilegur.

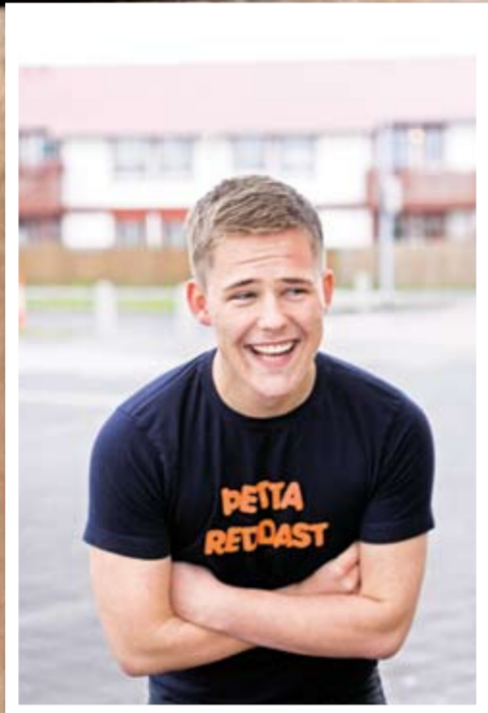
Guðmundur Steingrímsson þingmaður



Ég hef í starfi mínu komið að aðstoð við ungt fólk sem hefur lent á villigötum með líf sitt. Þar kynntist ég af eigin raun hinu miskunnarlausu helvíti sem biður þeirra sem missitiga sig og lenda í sjálfheild með líf sitt. Þegar ég ræddi við unga fólk með vörubúinn með aðstoð að ná tökum á lífi sínu, blásti við mér að mín börn gætu hæglega verið í þessum sporum. Þess vegna kaupi ég SÁÁ álfinn heilshugar og alltaf fleiri en einn. Ég á sex börn og 11 barnabörn, sem eru mín dýrmætasta eign.

Guðmundur Gunnarsson, formaður Rafiðnaðarsambands Íslands

ÞAÐ VORU EITT SINN FÆÐGAR...



KRISTMUNDUR AXEL KRISTMUNDSSON

er ungur rappari sem vann Söngkeppni framhaldsskóla með lagi um pabba sinn sem féll 16. Júní 2008. Þeir höfðu búið saman tveir í Grafarvogi, edru pabbi og strákurinn hans, í ellefu ár. Á einu bretti missti Kristmundur pabba sinn og heimilið sitt en hann býr nú hjá mömmu sinni og þakkar fyrir að pabbi sinn sé nú í meðferð í Svíþjóð.

„Pabbi var edru í ellefu ár þar til hann féll 16. júní 2008“ útskýrir rapparinn og tónlistarmaðurinn Kristmundur Axel Kristmundsson um tilurð lagsins Komdu til baka sem hann flutti í Söngkeppni framhaldsskóla og sigraði á dögnum.

„Pabbi, Kristmundur Sigurðsson, hafði átt sína vondu fortíð áður en við fórum að búa saman í Grafarvogi. Ég þekkti hann bara edru og við vorum mjög nánir. Það voru bara við tveir í Grafarvogi. Feðgarnir.“
Og lagið lýsir þessu sambandi þeirra feðga og er mjög tilfinningaríkt. Það hefur algerlega slegið í gegn á Íslandi og þegar viðtalið var tekið stóð lagið í þriðja sæti yfir mest seldu lagi á Tónlist.is. Það hefur einnig átt fast sæti á vinsældarlista FM 957 og klífrað hátt á Lagalistanum sem mælir hvaða lög eru mest spiluð á Íslandi.

Einlægur rappari
Kristmundur flutti ungur inn á pabba sinn en

”PABBI MINN EDRU ER ALLT ÖNNUR MANNESKJA EN FÍKILLINN. FYRIR MÉR ER ÞETTA SITTHVOR MAÐURINN. ÉG ÞEKKI PABBA MINN EN EKKI FÍKILLINN. HANN ER ENGINN VINUR MINN

mamma hans er líka alkohólísi. Hún er nú, samkvæmt Kristmundi, búinn að vera edru í bráð- um áratug en hlutirnir æxludust þannig að Kristmundur bjó alltaf hjá pabba sínum.

„Mamma er frábær og við búum saman núna ásamt systur minni. Þær hafa reynst mér ótrúlega vel og fjölskyldan mín er sterk þrátt fyrir allt sem á hefur gengið.“ segir Kristmundur en bæði mamma hans og systir starfa á heimili fyrir heimilisslausa menn, sem er á Njálsgötu.

Hvað kemur til að þú sért svona einlægur rappari en ekki töffari eins og þeir eru svo oft?

„Ég hef alveg gefið út svona hörð lög líka en finnst samt mikilvægt að semja lög um eitthvað sem skiptir mig miklu máli.“ segir Kristmundur en í lögnum hans talar hann ekki niður til fólks og er ekkert fyrir að lofa döp eða pening eins og segir í lagi hans, Illað, sem er vinsælt meðal ungs fólks:

„Rappa ekki um döp og pening því hvorugt er kúl.“

Alkohólismi í fjölskyldunni

Kristmundur er fæddur 1993 og ætti að fá bílpróf síðar á árinu. Hann er ekta Grafarvogungumenni. Flutti ungur í Engjahverfið og gekk í Engjaskóla öll sín tíu grunnskólaár. Í dag er hann á almenntri braut í Borgarholtskóla og hangir mest með vini sínum Daniel Alvin en þeir byrjuðu að rappa saman fyrir fjórum eða fimm árum.

Nú er alkohólismi allt í kringum þig. Hefurðu spurt sjálfan þig: Af hverju ég?

„Já, já. En ég þældi lítið í slíku fyrr en pabbi féll. Þetta var fullkomið líf sem við lifðum þannig að ég hafði engar áhyggjur. Það er hinsvegar ekki hægt að neita því að þetta er svoldið skrytið hjá minni fjölskyldu því það er mikill alkohólismi í fjölskyldunni.“ segir Kristmundur Axell en þessi kurteisi ungi maður skýtur síðan inn einu „afsakið orðbragðið“ og heldur svo áfram: „en nánast öll fólks fjölskyldan mín hefur átt í vandræðum með áfengi og fíkniefni.“

Pabbi aftur edru
Kristmundur er þakklátur fyrir að eiga edru mömmu og pabba í dag. Hann gleymir því ekki að þakka fyrir hvað hann fékk gott uppeldi og tækifæri til að fá áhyggjulausa æsku með edru pabba sem er nú kominn undir manna hendur í Svíþjóð.

„Hann er búinn að vera í meðferð úti í fjóra eða fimm mánuði og ég er á leiðinni í heimsókn til hans. Það verður gaman enda ekkert nema jákvæðir hlutir í gangi núna.“
Ömurlegar afleiðingar sjúkdómsins eru ofarlega í huga Kristmunds.

„Pabbi minn edru er allt önnur manneskja en fíkillinn. Fyrir mér er þetta sitthvor maðurinn. Ég þekki pabba minn en ekki fíkillinn. Hann er engin vinur minn. Sjúkdómurinn tekur öll völd og hann breytist í eitthvað skrímsli hreinlega.“ segir Kristmundur og bendir á að afleiðingarnar séu skelfilegar.

„Einn bróðir minn er í fangelsi fyrir morð. Annar bróðir minn er í fangelsi fyrir aðra minniháttar glæpi. Og pabbi minn sat í fangelsi fyrir morð fyrir mörgum árum.“

”RAPPA EKKI UM DÖP OG PENING ÞVI HVORUGT ER KÚL



”PABBI VAR EDRU Í ELLEFU ÁR ÞAR TIL HANN FÉLL 16. JÚNÍ 2008

5000 vinir á Facebook

Viðbrögðin við lagi Kristmunds um pabba hans hafa verið með ólíkindum. Kristmundur hefur fyllt kvótann hvað vinföldra varðar á Facebook, hann á fimm þúsund vini og yfir níuhundruð bíða eftir því að Kristmundur samþykki vinabeitðina. Hann hefur einnig fengið mörg hundruð bréf frá krökkum sem hafa gengið í gegnum svipaða reynslu og hann eða eru að ganga í gegnum skelfilega hluti vegna alkohólisma.

„Krakkar skrifa mér og segja sögu sína. Sumir þeirra búa við mikla erfleika vegna drykkju foreldra og ég fæ meira að segja bréf frá krökkum sem búa við heimilisofbeldi. Vandamálið er mjög stórt og veruleiki margra er mjög sár.“ segir Kristmundur

Finnst þér jafnaldrar þínir meðvitaðir um hversu alvarlegur sjúkdómurinn alkohólismi getur verið?

„Nei. Að mínu mati er of lítil umfjöllun um þessi mál og það má gera miklu betur í forvarnarstarfi hvað ungt fólk varðar. Mér þykir of lítil umfjöllun um afleiðingarnar“ segir Kristmundur.

Á gott líf í dag

Síðustu tvö ár, síðan pabbi Kristmundar féll, hafa verið honum lærdómsrík. „En líka ömurleg. Þetta er búið að vera erfitt og ég er mjög ánægður með að þetta sé allt á uppleið núna og mér líður vel í dag. Ég hef það mjög gott reyndar og á gott líf.“

Í sumar mun Kristmundur ferðast um landið og skemmta ásamt Haffa Haff, Erpi Eyvindarsyni, Friðriki Dór, Óla Geir og Júlí Heiðari. Hann segist spennur fyrir sumrinu og taki því sem kemur. Hann ætlar líka að leggja sitt af mörkum hvað álfasölu SÁÁ og býst við að troða upp ásamt Bubba Morthens í tengslum við fjárföllum SÁÁ.

-MT

>> KRISTMUNDUR AXEL „MAMMA ER FRÁBÆR OG VIÐ BÚUM SAMAN NÚNA ÁSAMT SYSTUR MINNI. ÞÆR HAFU REYNST MÉR ÓTRÚLEGA VEL OG FJÖLSKYLDAN MÍN ER STERK ÞRÁTT FYRIR ALLT SEM Á HEFUR GENGID.“

Hin svokölluðu **LÝÐVELDISBÖRN**, sem fædd eru á árunum 1940-1950, drukkmu mun meira en foreldrar sínir. Samkvæmt tölum frá sjúkrahúsinu Voggi hafa meira en einn af hverjum tíu af þessari kynslóð komið í meðferð.

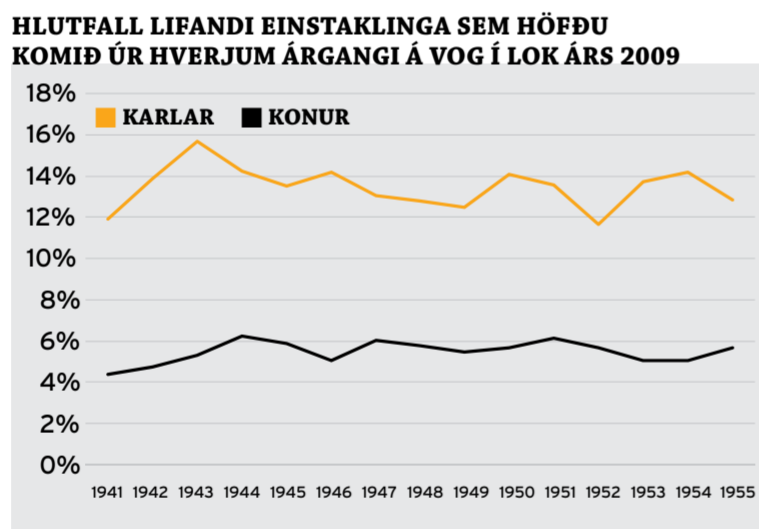


LÝÐVELDISBÖRNIN Þessi kynslóð jók áfengisneyslu landsmanna um heilan lítir af hreinum vínanda á mann fyrir tvítugt. Þegar hún svo komst á þing og til valda braut hún niður bindindisstefnuna og létti á hömlum á dreifingu, sölu og neyslu áfengis.

Lýðveldisbörnin á Voggi

Um 12% Íslendinga sem fæddir eru 1940-1950 hefur komið á Sjúkrahúsið Vog. Þetta eru hin svokölluðu lýðveldisbörn og af þessari kynslóð má með sanni segja að karlarnir hafi verið heldur duglegri við drykkju en konurnar.

Um 14% af körlunum sem á lífi eru, og eru fæddir á lýðveldisárunum 1940-1950, hefur nú þegar komið á sjúkrahúsið Vog. Hlutfallið er heldur lægra hjá konunum eða um 6%. Hér eru ekki taldir þeir Íslendingar sem hafa látist, sumir jafnvel úr áfengissýki. Það er því von að sérfræðingar áfengis- og vímuefnasjúkdómum á Íslandi spyrji sig hverju við megum við við búast þegar kannabis- og amfetamínkynslóðirnar fullorðnist og komist á aldur.



HÁTT HLUTFALL ENDRÁ Á VOGI Um 14% af körlunum sem á lífi eru, og eru fæddir á lýðveldisárunum 1940-1950, hefur nú þegar komið á sjúkrahúsið Vog. Hlutfallið er heldur lægra hjá konunum eða um 6%.

fyllirium á hinum Norðurlöndunum og á sólarströndum. Þessi kynslóð jók áfengisneyslu landsmanna um heilan lítir af hreinum vínanda á mann fyrir tvítugt. Þegar hún svo komst á þing og til valda braut hún niður bindindisstefnuna og létti á hömlum á dreifingu, sölu og neyslu áfengis.

Æskublómin er nú farin Margt af þessum lýðveldisbörnum leituðu sér áfengismeðferðar um 30 ára aldurinn og sækja nú síðustu

DRYKKJA ÞEIRRA, SEM ÁÐUR OLLI SLYSUM OG AUKINNI ÞÖRF FYRIR LÖGGÆSLU, VELÐUR NÚ VAXANDI KOSTNAÐI FYRIR HEILBRIGÐIS-STOFNANIR

árin með vaxandi þunga á sjúkrahúsið Vog vegna dagdrykkju. Aðal æskublómin er nú af þessu fólki farin og áfengi miklu hættulegra en áður. Það er því í mikilli hættu að hljóta af drykkjunni tauga- og heilaskaða og fylgikvilla í lifur og bris. Drykkja þeirra, sem áður olli slysum og aukinni þörf fyrir löggæslu, veldur nú vaxandi kostnaði fyrir heilbrigðisstofnanir. Það er því forvitnilegt að skoða gagnagrunnin á Voggi sjá hversu margt af þessu fólki hefur þurft að leita sér áfengis- og vímuefnameðferðar á Sjúkrahúsið Vog. Um leið sést líka hversu áfengið eitt og sér kemur mörgum í meðferð.



U-HÓPURINN U-hópurinn er opin meðferðar- og stuðningshópur á mánuðögum og miðvikudögum milli 18:00 og 19:00 í Von, Efstaleyti, og er fyrir unglunga sem hafa lent í vandræðum vegna neyslu vímuefna. Ekki er nauðsynlegt að hafa verið á Voggi til að taka þátt í hópnum en gott er að tala við ráðgjafa í göngudeild áður. Síðasta mánuðag í mánuði borðar hópurnir saman eftir hópvinna.

VIÐTALSPJÓNUSTA Ráðgjafi á vakt sinnir viðtölum við fíkla og aðstandendur þeirra á virkum dögum. Ekki er nauðsynlegt að



hringja á undan sér og panta viðtal. Best er að koma á bilinu 13:00 til 16:00. Síminn er 530 7600 en viðtöl-in fara fram í Von, Efstaleyti 7.

LOKUN FRESTAÐ Nú nýlega ákvað Akureyrarbær að leggja göngudeild SÁÁ til 50% af kostnaði og því ákvað framkvæmdarstjórn SÁÁ að fresta lokun sem átti að koma til framkvæmda 1. júní. Kostnaður við göngudeildarstarfið er áætlaður rúmlega 100 milljónir króna og fyrir norðan verður sérstakt átak í álfasölunni til að tryggja rekstur göngudeildarinnar.

Álfasala SÁÁ fyrir unga fólkið 26-30. maí



AF HVERJU KAUPIR ÞÚ ÁLFINN?

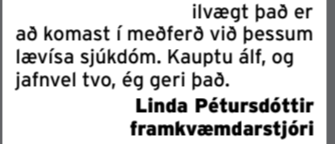
Ég kaupi klósettþappir, rækkjur og lakkrís frá krökkum sem eru að safna fyrir keppnisferðalögum. Ég kaupi



áramótabombuna hjá hjálparveitunum. Og ég kaupi álfinn frá SÁÁ. Þetta eru ekki miklir peningar. En þetta skiptir máli.

Andri Ólafsson fréttamaður

Ég kaupi álfinn til að styðja við nauðsynlegt starf til styrktar unga fólkinu okkar. Ég þekki það af eigin reynslu hversu mikilvægt það er að komast í meðferð við þessum lævísu sjúkdóm. Kaupu álf, og jafnvel tvo, ég geri það.



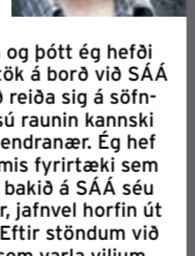
Linda Pétursdóttir framkvæmdarstjóri



Njördur P. Njardóttir, prófessor emerítus

Við sem þekkjum hörmulegar afleiðingar vímuefnaneyslu fyrir ungt fólk og fjölskyldur þess, erum afar þakklát fyrir ómetanlega umönnun og aðhlynningu SÁÁ. Þess vegna kaupum við álfinn til að styrkja þetta þjóðþrifastar.

Ég kaupi álfinn vegna þess að málefnið er þess virði að styðja það í verki. Því miður lendir samdrátturinn í skattþyngjarkrisisjóðs á SÁÁ einsoð öðrum og þótt ég hefði kosið að samtök á borð við SÁÁ þyrftu ekki að reida sig á söfnunarfær þá er sú raunin kannski fremur nú en endranær. Ég hef grun um að ýmis fyrirtæki sem stutt hafa við bakið á SÁÁ séu ekki aflögufær, jafnvel horfin út úr tilverunni. Eftir stöndum við hvert og eitt sem varla viljum skilja SÁÁ eftir á berangri. Þess vegna mun ég kaupa álfinn og hvet aðra til að gera slíkt hið sama.



Ögmundur Jónasson alþingismaður

Ég vil ekki að SÁÁ verði eins og áður út úr hól. Til að forða því þarf starfsemi fjárstuðning. Ég vil skjólfyrir álfa og menn. SÁÁ er mörgu fólki lífsnauðsynlegt skjól.

Kristján Þór Júlíusson þingmaður

Eftirtaldir aðilar styðja SÁÁ



- AFL starfsgreinafélag Austurlands
- Aftak ehf
- Akureyrarbær
- Alþýðusamband Íslands
- AP varahlutir ehf
- Argus ehf
- Ari oddsson ehf
- Arkitektar Skógarhlíð ehf
- Áttak ehf
- Árni Reynisson ehf
- Ásbjörn Ólafsson ehf
- Ásklif ehf
- Bernhard Laxdal ehf
- Bessi hf
- Bifreiðaverkstæðið Stimpill ehf
- Bilasala Guðfinns ehf
- BJ endurskoðunarstofa ehf
- Blendi ehf
- Bókaútgáfan Leifur Eiríksson
- Bókhaldsstofan ehf
- Bókhaldsþjónusta Gunnars ehf
- Breiðavík ehf
- Búaðföng ehf
- DK Hugbúnaður ehf
- DS lausnir ehf
- E.S. vinnuvélar ehf
- Eignamiðlunin ehf
- Evrópulög ehf
- Faglagirnir ehf
- Ferskur ehf
- Félagsbústaðir hf
- Fitjavík ehf
- Fjallabak ehf
- Fjöruborðið
- Frostfiskur ehf
- Frumkönnun ehf
- Garðabær
- Garri ehf
- Goggur ehf
- GT tækni ehf
- Gullberg ehf
- Gunnar Eggertsson hf
- Gylfi Guðjónsson ökukennari
- Gæðafæði ehf
- Haraldur Sigurðsson
- Henson Sports Europe á Íslandi ehf
- Herrafataverslun Birgis ehf
- HGK ehf
- Hitastýring hf
- Hitaveita Egilsstaða og Fella
- Hornabrauð ehf
- Hótel Djúpvík ehf
- HS Orka hf
- Húsanes ehf
- Hveragerðiskirkja
- Hyggir ehf endurskoðunarstofa
- Ísafjarðarbær
- Ísafoldarprentsmiðja ehf
- Ísfugl ehf
- Íslandsspil sf
- Íslensk endurskoðun ehf
- Íslensk erfðagreining
- Ísloft, blikk og stálsmiðja ehf
- Ísold ehf
- Kaupfélag Skagfirðinga
- Kælismiðjan Frost ehf
- Lagnalagerinn ehf
- Landsnet hf
- Leturprent ehf
- LH tækni ehf
- KG Fiskverkun ehf
- Kjarnafæði hf
- Knastás ehf
- KOM almannatengsl
- Kompan ehf
- Malbikunarstöð Hlaðbær Colas
- Marás, vélar ehf
- Matfugl ehf
- Medulla ehf
- Nínukot ehf
- Nobex ehf
- Nordic eMarketing ehf
- Nýi ökuskólinn hf
- Nýja bílasmiðjan hf
- Póstþjónustan Ás ehf
- Pylsuvagninn Selfossi ehf
- Rafbogei ehf
- Rafstjórn ehf
- Reiknistofa fiskmarkaða hf
- Reykjanesbær
- Reykjavíkurhöfn
- Rolf Johansen & co ehf
- Ræktunarsamband flóa og skeiða ehf
- Samiðn, samband iðnfélaga
- Samskip
- Selecta fyrirtækjaþjónusta ehf
- Sena
- Setberg bókaútgáfa
- Seyðisfjarðarkaupstaður
- Síldarvinnslan hf
- Sjávaríðjan Rífi hf
- Sjómannafélag Ólafsfjarðar
- Skinney - þinganes hf
- Smur, hön og dekkjaþjónustan
- Sport-Tæki ehf
- Spýtan ehf
- Starfsgreinasamband Íslands
- Suzuki bílar
- Tandur hf
- Tannlæknarstofa Ragnars Ó Steinarssonar ehf
- Tannlæknastofa Hilmis ehf
- Teiknistofan Óðistorgi sf
- Teitur Jónasson ehf
- Tölvu og tækniþjónustan ehf
- Útfararstofa kirkjugarðanna ehf
- Valhöll ehf, fasteignasala
- Veidarfærþjónustan ehf
- Verkalýðsfélagið Hlíf
- Verslunarmannafélagið Ábót ehf
- Verstunarmannafélag Reykjavíkur
- Verstunarmannafélag Suðurnesja
- Vélsmiðjan Foss ehf
- Viðhald og nýsmiði ehf
- Villi Valli ehf
- Vífílfell hf
- Þjónustustofan ehf
- Þorbjörn Fiskanes hf
- ÆCO ehf

FÉLAGSSTARF SÁÁ er í miklum blóma: Tónleikar, böll og 12 spora ráðstefnur



Félagstarf SÁÁ er með blómlega móti og fyrir utan hefðbundinn rekstur er SÁÁ fólk duglegt að skipuleggja hvers kyns fjárfæringar, sem og æðislega tónleika. En Vonarsalurinn í Efstaleyti er sérstaklega góður til tónleikahalds og í vetur mætti hver stórstjórnari á fætur annari til að halda tónleika til styrktar SÁÁ. Auk þess að hafa reglulega félagsvist og dansiböll í Von, ásamt þorra-blóti, vorfagnaði, dansnámskeiðum og svo framvegis, þá er salurinn reglulega notaður undir tólf spora ráðstefnur. Þar koma erlendir ræðu-

menn og ræða bata frá áfengis- og vímuefnafikni. Næsta slíka ráðstefna er ráðgerð um miðjan september. Félagstarf SÁÁ er rekið í sjálfboðastarfi og geta allir tekið þátt. Hilmar Krist-ensson leigubíljálfjóri hefur verið ein aðalsprautan í félagsstarfinu lengi og hann segir félagsstarfið mikilvægan þátt í góðu og heilbrigðu edrúllífi.

GEIR TÓK LAGIÐ Geir gladdi tónleikagesti.

AA FUNDIR Í VON

- Sunnudagur kl. 10:30 í stóra salnum - Opinn fundur
- Mánudagur kl. 12:00 í litla salnum - Opinn fundur
- Mánudagur kl. 19:30 í litla salnum
- Fimmtudagur kl. 20:30 í stóra salnum - Víkingar
- Fimmtudagur kl. 20:30 í litla salnum - Pólskur fundur
- Föstudagur kl. 18:00 í litla salnum - konur

AL-ANON FUNDIR Í VON

- Þriðjudagur kl. 20:00 í litla salnum.

GA-FUNDIR Í VON

- Miðvikudagur kl. 19:15 í litla salnum.

OA-FUNDIR Í VON

- Fimmtudagur kl. 20:30 í hópherbergi uppi.

SOS-FUNDIR Í VON

- Miðvikudagur kl. 18:05 í hópherbergi uppi.

KJARNAKONUR Í VON

- Miðvikudagur kl. 20:00 í litla salnum. Nánari upplýsingar í síma 530 7600.



ÞRÍR GÓDIR BAKSVIÐS Egill Ólafsson, Ragnar Bjarnason og Þorgeir Ástvaldsson.



YFIRLÆKNIR Á ÞORRABLÓTI Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á Vog, er glymjandi ræðumaður og hér fer hann á kostum á Þorrablótí SÁÁ.



PÁLL ÓSKAR Í VON Páll Óskar mætti ásamt fríðu fóruneyti í Von og hélt ótrúlega tónleika. Allt til styrktar SÁÁ í skugga niðurskurðar. Frábær mæting var á þessa yndislegu tónleika.



KRISTJÁN JÓHANSSON Í vetur kom sjálfur Kristján Jóhannsson og söng í Von.



SKÁLDIÐ Einar Már Guðmundsson fór mikinn á þorrablótinu og sýndi gamalkunna takta. Alveg frábær.



VEISSLUSTJÓRINN OG GEIR Hér ræðir Geir skipulagsmál við veislustjórnann, Torfa Geirmundsson rakara, á árlegu þorrablótí SÁÁ.



GÓÐ MÆTING Á TÓNLEIKA Það er alltaf troðið út að dýrum í Von þegar góðir tónleikar eru annars vegar.

FJÓLSKYLDAN SKEMMTIR SÉR SAMAN Í SUMAR: ÚTIHÁTIÐ AÐ HLÖÐUM UM VERSLUNARMANNAHELGINA

Í fyrra var margt um manninn og sólskin alla helgina um Verslunarmannahelgina að Hlöðum á Hvalfjarðarströnd. Tíaldæði og gill aðstaða í félagsheimilinu að Hlöðum er til fyrirmyndar. Á síðasta ári var því líkt stúð og ráðgerð að bæta um betur í ár. Í fyrra skemmtu kempur á borð við Geir Ólafsson, Gylfa Ágússon, KK, Poetrix og fleiri auk þess sem listamaða var sett upp fyrir börnin, farið í leiki og margt annað skemmtilegt gert. Sundlaug á staðnum!



ÚTIHÁTIÐ SÁÁ býður til útihátíðar að Hlöðum um Verslunarmannahelgina.



AF HVERJU KAUPIR ÞÚ ÁLFINN?



Ég kaupi álfinn af því að hann er mjúkur og sætur og gleður aug- að. Þegar ég horfi á álfinn minn gleður það mig líka að hugsa til þess að með því að kaupa hann legg ég mitt af mörkum til að styrkja ungar manneskjur sem eru að koma lífinu sínu í lag eftir erfiða tíma. Meðferðarræði fyrir ungt fólk verða að vera til staðar í samfélaginu. Við stöndum vörð um unga fólk okkar og bregðumst því ekki. Kaupum álfinn!

Kristín Þórunn Tómasdóttir prestur



Allt of oft missum við ungt fólk í blóma lífsins vegna ofneyslu lyfja. Starf SÁÁ skiptir sköpum og getur bjargað mannlífum. Þess vegna kaup ég álfinn og hvet landsmenn til að leggja málefnið til.

Ágústa Johnson framkvæmdarstjóri



Ég kaup álfinn í þeirri von að geta þannig lagt smávægilegt lið í baráttunni við ljóta kallinn í brennivíninu. Hann hefur svo mikinn eyðileggjendarmátt þessi kall þegar hann fær að vaða uppi, eins og hann getur verið ljúfur þegar hann er ekki í baráttuhug. En vöðvarnir hans eru vist alltaf spennir og við vitum ekki hvenær hann reidir til högg og hver verður fyrir. Þá er eins gott að til sé batteri með viðbúnaðaráætlun í gangi. Þar kemur álfurinn sterkur inn.

Sólveig Baldursdóttir ritstjóri



Vegna þess að ég hef átt því láni að fagna að sjá ættingja og vini eignast nýtt líf að lokinni áfengismeðferð hjá SÁÁ. Við slíkt þjóðþri-fastar er gott að styðja.

Árni Páll Árnason félagsmálaráðgjafi



SPRAUTA „Við erum að sjá færri nýja sprautufikla, færri nýja kókaínfikla og svo framvegis. Þetta eru mjög jákvæðar fréttir og að auki hefur nýgengni hjá fólki undir 25 ára aldri minnkað.“

ÞÓRARINN TYRFINGSSON, yfirlæknir á Vog, segir mörg jákvæð teikn á lofti í Kreppunni. Skarpari línur í árangri hvað unga fólk okkar varðar, nýgengni hjá fólki undir 25 ára aldri hefur minnkað. Það er meðal annars vegna árangurs af starfi SÁÁ og ákvörðunar um að útrýma biðlistum fyrir ungt fólk. *Mikael Torfason* settist niður með Þóramni og tók stöðuna.

Góðar fréttir í kreppunni

„Stóra fréttin eru nýgengistölurnar sem nú liggja fyrir,“ segir Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á Vog, um stöðuna í kreppunni. „Við erum að sjá færri nýja sprautufikla, færri nýja kókaínfikla og svo framvegis. Þetta eru mjög jákvæðar fréttir og að auki hefur nýgengni hjá fólki undir 25 ára aldri minnkað.“

BATAHORFUR BYGGJAST FYRST OG FREMST Á ANDLEGGRI GETU OG LÍFSVILJA

Árangur unga fólksins
Árangurinn sem náðst hefur hjá unga fólkinu rekur Þórarinn meðal annars til þess að ungt fólk hefur aldrei komið að lokuðu húsi á Vog. „Það hafa ekki verið og eru ekki biðlistar þegar ungt fólk er annars vegar,“ segir Þórarinn. Biðlistinn á Vog telur um 60 manns og fer minnkandi eftir aukningu í fyrra. Á biðlista fara einungis þeir sem hafa verið á Vog síðustu þrjú ár. Ungt fólk eða fólk sem er að koma í fyrsta sinn fer ekki á biðlista. „Það má rekja árangurinn með unga fólki til þess að við höfum enga biðlista. Á þessum aldri er þetta nú oft eins og smitsjúkdómur og því fleiri sem koma á Vog fyrr og ná að takast á við fiknina því færri smitast þarna úti. Vegna þess að eitt ungmenni í neyslu smitar út frá sér. Sérstaklega á þessum aldri,“ segir Þórarinn og bætir við að það hafi nú verið eins gott að unga fólkið hafi dregið úr neyslunni. „Ástandi var satt að segja orðið alveg skelfilegt.“

Eldra fólk bætir í
Það er hinsvegar sorglegt að segja frá því að eldra fólk hefur eldur bætt í neysluna. Fólk sem er fætt upp úr 1960 eykur komur sínar á Vog og sumt af því fólki er að koma inn með alvarlega fylgikvilla ofneyslu áfengis. „Sumir þessara fylgikvilla geta

leitt til dauða eins og til dæmis Wernicke's encephalopathy) sem stafar af vannæringu. Við fáum um hundruð tilfelli á ári sem eru í yfirvofandi hættu. Þá hefum við vítamínmeðferð með sprautum því ekki er nóg að taka vítamín í pillum á því stigi. En alkóhólistar eiga að sjálfsögðu að passa upp á að taka vítamín, sérstaklega B-vítamín, og aðstandendur ættu að vera á verði fyrir göngulags-truflunum eða augnriðu en það eru einokenni Wernicke's.“

En er einhver munur á batahorfum einstaklings sem einungis notar áfengi en þess sem er að blanda því saman við fikniefni?
„Batahorfur byggjast fyrst og fremst á andlegri getu og lífsvilja,“ segir Þórarinn. „Er viðkomandi ákveðinn í að hætta? Það skiptir höfud máli. En samt sem áður þá virð-

ist það stundum vera erfiðara fyrir þá sem eru í mörgum tegundum, bæði áfengi og fikniefnum, að ná bata. Ög svo eiga þeir sem sprautu sig í æð oft miklu erfiðara með að ná bata en aðrir.“

Meðferð í skugga niðurskurðar

Á sjúkrahúsinu Vog var tekin sú ákvörðun að halda þjónustunni uppi. Þannig að allt annað var skorið niður niður og að sögn Þórarins hafa þau á Vog staðið í blöðugum niðurskurði. „Til dæmis þá hurfu þeir styrkir í sem við höfðum til rannsóka í hrúninu ásamt styrkjum frá bönkum og stórfyrirtækjum. Svo ákvað ríkið að draga úr greiðslum til okkar með því meðal annars að verðbæta ekki sitt framlag en eins og við vitum öll hefur mikil verðbólga verið í landinu.“

Biði er að leggja niður þá starfsemi sem hægt var að leggja niður án þess að skerða þjónustu.

„Við urðum til dæmis að leggja niður ráðgjafanámið hjá okkur og annað tengt því. Sem er ekki gott og þar erum við svoldið að fresta vandamáluum. Við höfum einnig skorið á alla endurmenntun hjá bæði læknum og hjúkrunarfólki. Lagi niður útgáfu-starfsemi og erum ekki að búa til ný fræðslugöng eins og staðan er.“

Góður andi á Vog

Auðvitað þýðir þetta afgangur og eitt-hvað hefur þurft að draga úr þjónustunni, svo blöðugt hefur þetta verið. Sjúklingar þurfa nú til dæmis að taka þátt í kostnaði við eftirmeðferð. Það kostar 55 þúsund að fara á Vik eða Stadarfell. SÁÁ hefur hinsvegar styrkt fátæka alkóhólísta og stofnað sérstakan sjóð til að sinna því hlutverki. „Þetta hefur verið ótrúlega erfitt og mikið átak. En við getum þakkað fyrir að vera lítið sveigjanlegt fyrirtæki með virkilega gott starfsfólk. Hér er er góður andi og fólk hefur tekið saman á vandamáluum. En þetta hafa verið mikil átök í raun,“ segir Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á Vog, að lokum.



MYND: GUNNAR GUNNARSSON

ÁSTANDI VAR SATT AÐ SEGJA ORÐIÐ ALVEG SKELFILEGT



Álfasala SÁÁ fyrir unga fólk 26-30. maí



HYPER KIDS / USA

HUGSAÐU VEL UM HÚÐINA

- Húðin okkar er viðkvæm og veðráttan á Íslandi getur verið húðinni erfið.
- Decubal viðheldur heilbrigði og ferskleika húðarinnar – allt árið um kring.
- Kynntu þér eiginleika Decubal og kveddu þurra húð.



ÞÚ FÆRÐ DECUBAL
Í NÆSTA APÓTEKI

DECUBAL
KVEÐJUM ÞURRA HÚÐ