



Psychische nood in de gemeente (2)

1 op de 20 Nederlanders krijgt diabetes

1 op de 9 Nederlanders krijgt overgewicht

1 op de 6 Nederlanders heeft hooikoorts

1 op de 4 Nederlanders krijgt een psychische stoornis

Geestelijke Gezondheidszorg Nederland

Terwijl iedereen het normaal vindt om over lichamelijke ongemakken te praten, hoor je eigenlijk zelden iemand over een geestelijke aandoening. En dat is vreemd, want geestelijke gezondheidszorg is heel normaal. Maar liefst 1 op de 4 volwassen Nederlanders krijgt een psychische stoornis. Van angststoornis tot alcoholverslaving, van ADHD tot depressie.

Vorig jaar is de brancheorganisatie van de instellingen in de geestelijke gezondheids- en verslavingszorg 'Geestelijke Gezondheidszorg Nederland' gestart met een bijzondere campagne. Deze campagne heeft een tweeledig doel. Ten eerste wil men het *hebben van* en het *praten over* 'psychische stoornissen' uit de taboesfeer halen en ten tweede wil men het werken in de GGZ voor het voetlicht brengen. Dit in verband met de vele huidige en toekomstige vacatures. Maar dit even terzijde. Het gaat mij in dit artikel met name over het eerste punt. De kern van de campagne is de boodschap dat '1 op de 4 Nederlanders te maken krijgt met een psychische stoornis.' Dit klinkt misschien ongelofelijk, maar het is echt waar: onderzoek heeft dit uitgewezen. En men wil met deze campagne ook bereiken, dat mensen het normaal vinden om over een burn-out of een (lichte) depressie te praten. Want ook *dit* zijn psychische stoornissen. Waar ook aandacht voor gevraagd wordt in deze campagne is, dat, mede dankzij de professionals van de GGZ, zo'n driekwart van de mensen die last hebben van een psychische stoornis binnen een jaar weer goed kunnen functioneren in de maatschappij.

Onkunde

In een vorig artikel heb ik een impressie gegeven van een bezoek in een psychiatrische kliniek. In *dit* artikel ligt meer de nadruk op het psychisch lijden van mensen in de gemeente in het algemeen, in hun thuissituatie. Het is goed, dat daar ook de aandacht op gevestigd wordt. Er is op dit gebied zoveel onwetendheid, zoveel onkunde. Nog niet zo lang geleden vroeg iemand, na een bezoek aan een persoon met een ernstige psychische aandoening: 'Zou die man wel echt ziek zijn.....?' Inderdaad, nog steeds ben je voor velen pas *echt* ziek als je in een ziekenhuisbed ligt, met verband of gips om je been en slangetjes aan je arm of in je neus.....

Meeleven gevraagd

Ook bij mensen met psychische problemen thuis is (blijvend) meeleven heel belangrijk. Juist ook als lijden langer duurt....Men voelt zich vaak onbegrepen en had eigenlijk liever een lichamelijke kwaal. Vaak schaamt men zich voor zijn of haar ziekte. We moeten daarom proberen aan te geven dat we hen aanvaarden als medemens, zoals ze zijn ...als uniek schepsel van God.

Het is van groot belang, dat we goed op de hoogte zijn van wat er allemaal omgaat in de gemeente vandaag de dag. We hoeven echt niet als een halve psychiater op bezoek te gaan. Maar wel is het van belang, dat we weten welke problemen zich allemaal kunnen voordoen.

We lezen toch de krant naast de Bijbel? Dan kun je het hele scala aan problemen aan je voorbij zien komen. Verslaving aan alcohol, drugs en gokken. Overspannenheid en burn-out.

Met alle gevolgen van dien: Het 'niet meer zien zitten'. Het gevoel overbodig te zijn.... Iedereen tot last te zijn.... En ga zo nog maar even door. Meeleven gevraagd.....

Wat kan er achter de voordeur toch veel schuil gaan. Ja, je komt er achter, als ambtsdrager, maar ook als gemeentelid, dat het hier een tranendal is. Wat is het dan nodig, dat we op een juiste, verantwoorde wijze met onze lijdende naaste proberen om te gaan. Met een open oor en een liefdevol hart. Maar wat is het ook nodig om toegerust te worden tot deze taak. Daarom is het goed dat er in ons kerkblad ruimte en aandacht is voor al deze ingrijpende dingen, die zich soms opeens en zo heel dichtbij kunnen voordoen.

Het is heel erg als iemand in psychisch lijden verkeert. Erger is het dat mensen om je heen daar vaak niets van willen of kunnen begrijpen. Nog erger is het als dan soms *wel* allerlei goedbedoelde, maar vaak ook goedkope adviezen worden gegeven....

Het allerergste is wel als de hemel van koper lijkt, als God zwijgt....

In een volgend artikel wil ik proberen wat praktische adviezen te geven, zowel voor ambtsdragers als gemeenteleden.

G. van Veldhuisen