

Lægepræsten kombinerer psykiatri og tro

Poul Henning Krog elsker at hjælpe mennesker - både som psykiatrisk læge, præst og forfatter.

Af [Tina Varde](#) 12. apr. 2019/15

(Læsetid: 10 minutter)



Jo mere åbenhjertigt vi mennesker og faggrupper kan favne og få gavn af hinanden des bedre, mener Poul Henning Krog, der læge på en psykiatrisk afdeling i Svendborg og præst i byens pinsekirke.

Både som læge på en psykiatrisk afdeling og frikirkepræst glæder Poul Henning Krog sig over, at sammenhængen mellem sjælelig og åndelig sundhed i stigende grad anerkendes i sundhedsvæsenet.

Sidste år udkom den opløftende bog ”Du er den bedste til at være dig” med 36 jordnære historier. Poul Henning Krog skriver om sine erfaringer, værdier, tanker om livet og hverdagen tilsat stenk af tro, håb og kærlighed.

Der er også indflettet nogle gode livsanskuelser til fri afbenyttelse, når livet er svært.

– I mit daglige virke som læge på en psykiatrisk afdeling må jeg stadig skille de to størrelser ad.

Men i mine bøger og som præst kan jeg lettere forene videnskab og tro, forklarer han.

Klaus blev rask

– I kirken har vi tre medlemmer, som er blevet helbredt for alvorlig grad af skizofreni. De er blevet hjulpet med forbøn, Guds indgriben samt en længere proces med samtaler, omsorg, støtte og fællesskab. I dag er de alle tre medicinfrie, fortæller Poul Henning Krog.

Man kan læse om en af disse kirkegængere i bogens fortælling om ”Klaus”, en ung mand, som ankom til et ungdomsmøde i kirken med ordene: ”Jeg er ateist og lider af sygdommen paranoid skizofreni”. Klaus er en af dem, der nu er erklæret rask.

Poul Henning Krogs seneste bog ’Du er den bedste – til at være dig’ udkom i 2018. Han har tidligere udgivet ”Kære Hr. Tyv – og 39 andre indlæg fra min blog”.

Troen hjælper

Hvad kan teologien tilbyde psykiatrien?

– Jeg møder så mange med dødsangst – som tænker meget på døden. Og som ikke har det kristne håb. Den fryd, det er at mærke og vide, at mit navn er skrevet i livets bog – at jeg skal se og være sammen med Jesus en dag – giver stor tryghed og ro i dagligdagen.

I en tid, hvor meget er i opløsning, kan jeg mærke, at tro giver et holdepunkt for dem med angst.

Og i de velfungerende kirker vil mennesker mødes og hjælpe hinanden. Her vil alt ikke flyde i et følelsesvirvar, som det gør, når man er bange, alene eller har det psykisk/følelsesmæssigt svært.

– Der er også mange, der føler sig skyldige eller skamfulde. For dem er der nåde at hente i Gud, der tilgiver os og gør hver dag ny. Det er en smuk og stærk sandhed for et helt almindeligt menneske, som tror på Gud.

– Korset befrier mennesket for skyld og skam – og dét er psykiatri, selvom vi kalder det noget andet, siger Poul Henning Krog.

Vi kan hjælpe hinanden med at give slip på skyld og skam gennem samtale, bøn og forbøn.

I troen på tilgivelse og nåde kan mennesker med ar på sjælen – ja, endda på kroppen – blive helbredt, som utallige mirakuløse helbredelser vidner om.

– Når jeg læser i Bibelen, er der ting, der befrugter mig. Og når jeg læser 1.000 sider psykiatri, som jeg gjorde, inden jeg startede med at arbejde på en psykiatrisk afdeling, er der også noget dér, som befrugter mig. Både det teologiske, psykologiske, pædagogiske og psykiatriske... har vinkler på mennesket, som vi kan lære af, mener lægepræsten.

De vigtige netværk

Det fællesskab, der er i gode kirker, kan være guld værd. Især i sårbare perioder af livet med ensomhed, sygdom eller angst.

– I psykiatrien udskrives mennesker til tider tidligt ... Men hvad udskrives de til? Mange kommer ud til et meget lille fællesskab. Deres netværk er skåret ned

eller helt over – måske på grund af deres opførsel, mens de var syge, og fordi de ikke fik den rette hjælp.

Eller måske har de selv tidligere afskåret sig fra andre, fordi de var eller stadig er sårede og syge, pointerer Poul Henning Krog.

Vi har alle sår og sårbarheder. Som en del troende siger for at undskylde hinanden, når det har belastet relationer: Sårede mennesker sårer mennesker.

– Det er så her, Jesus har opfundet menigheden. Hvor folk er velkomne også i kriser og sorg, og hvor der gerne må være højt til loftet, understreger Poul Henning Krog.

Selvom han sætter stor pris på kirkens bryllupper, opbyggelige gudstjenester og højtider fyldt med glæde, så er kirkens vigtigste opgave for ham som præst netop at favne os, når vi er sårede og brudte som mennesker.

I de fleste frikirker er der mange frivillige, der hjælper til og hjælper hinanden, når der er brug for det.

Der sørges også for varmetuer og hjemmegrupper i menighedsregi. Det centrale budskab er: Vi har brug for hinanden.

Lægepræsten sammenligner det med grillkulseffekten.

– Spredte kul på en grill er svære at få gang i – man skal lægge dem sammen: Vi varmer hinanden, pointerer han.

Poul Henning Krog fremhæver Poul Nyrup og Headspace som et andet godt eksempel, der er med til at gøre en kæmpe forebyggende indsats for unge sårbare. For kirkerne har selvfølgelig ikke patent på gode fællesskaber og på at gøre gavn.

Hvordan fungerer psykiatrien i dag?

– Da jeg startede i psykiatrien i 2016 var jeg imponeret over, at man arbejder så godt sammen på tværs ... fysioterapeut, ergoterapeut, læge, pårørende – og at man tænker i netværksmøder og åben dialog for at møde mennesket, hvor det er.

Mit første indtryk var, at det var flot. Jeg blev især positivt overrasket over det tætte samarbejde på tværs af faggrupper. Skal man have mentor, alkoholrådgivning, besøgsven ...

– Vi har også sygeplejersker, der kører ud på gaderne og finder folk, som har brug for hjælp.

Man tænker meget i helhed i psykiatrien i dag, siger Poul Henning Krog.

Men han erkender også, at der stadig er ting, som kan forbedres.

På afdelingen hjalp han for nylig en patient med alkoholproblemer. Patienten var selvmordstruet og blev derfor indlagt.

– På en uge fik vi etableret otte tilbud til vedkommende. Vi foreslog bl.a. en besøgsven. Hertil svarede patienten: ”Jeg tror, jeg vil være besøgsven!”

Det viser lidt om, hvor vigtigt det er for mennesker at føle, at de gør gavn og har værdi for andre. Også under sygdom og i livskriser.

– Vi foreslog derfor en både-og løsning. At patienten fik og blev en besøgsven. Og familien har nu lovet, at vedkommende kan genvinde sit familiefællesskab ved at lade være med at drikke i et år. Dét er vigtig motivation til at fortsætte med at arbejde med sig selv, forklarer lægen.

Åben dialog virker

I psykiatrien kommer folk ofte bærende på en rygsæk med fx vrede og nag – og nogen eller noget, de ikke vil eller kan tilgive.

– Vi skal selvfølgelig ikke bare feje ind under gulvtæppet. Vi må gerne have følelser, men vi skal se at få den rygsæk tømt!

– Et menighedsmedlem i min kirke fortalte, at lægen havde sagt at hendes rygsæk var så tung, at hun ikke skulle regne med nogensinde at komme ud af sin stress.

Det er selvfølgelig noget vrøvl. Og man må aldrig tage håbet fra mennesker! Jeg forstår slet ikke, hvordan en læge kan komme til den konklusion, siger Poul Henning Krog.

Dialogsamtaler er utrolig afgørende i behandlingen på hans psykiatriske afdeling.

– Nogle psykiatere går selvfølgelig mere i dybden end andre. Og nogle patienter udskrives for tidligt, men overordnet synes jeg, at psykiatrien er på vej i en god retning.

Når der er åben dialog, hænger man som behandler sin lægeekspertise i garderoben, inden man går ind til samtalen. Lægen taler ikke med nogen kolleger om patienten inden samtalen, og patienten bestemmer selv, hvem der er til stede. Mor, kæreste...

Der er ikke nogen dagsorden for samtalens indhold, og man ved ikke, hvor den ender. Et reflekterende team deltager i stilhed. Lytter bare med. Efter 20-30 minutter spørger vi teamet, om de har bemærket noget særligt under samtalen. Det er forbudt at give gode råd. De skal kun lytte og observere. Så siger en af dem måske: ”Du blev ked af det, da du talte om din mormor?”

... Uden at vide, hvor man ender med det, man hermed åbner op for, forklarer han.

På den måde inspireres mange patienter til at tale om netop det, de har brug for at få vendt.

– I sådan et fællesskab er det muligt at få berørt det, som ikke er let – fx gammelt nag i familien eller sorg. En hel del bliver jo syge, fordi de har relationelle problemer.

Åben dialog kører mange steder rundt om i landet uden at en behandler siger: Nu skal jeg tage mig af det som professionel...

Jeg synes, det er godt med åben dialog, hvor man ikke har en dagsorden med punkt 1, 2, 3, 4, 5... Vi håber selvfølgelig, at patienten får noget frem i dialogen, som der kan arbejdes videre med.

Og vi håber også, at patienten, den pårørende og personalet ser det samme billede, siger Poul Henning Krog.

Flaskehals

Desværre er praktiserende læger ofte så pressede, at de ikke altid fanger det, når mennesker er sårbare og har brug for hjælp.

– I en lægepraksis har man ofte seks patienter i timen. Nogle bliver psykiatere af samme grund, for det går for stærkt. Min dag i morgen byder på 2-3 samtaler fra 8-14.30. Derudover er der så alt det praktiske – journalføring osv. Der er afsat en time til halvanden til at blive klog på, hvor skoen trykker på patienten.

– Tidspresset – arbejdstempoet og ”de varme hænder” er stadig vigtig i sundhedsvæsenet – også i psykiatrien. Halvdelen af tiden er der fare for at overse mennesket på grund af travlhed med praktiske ting.

Det er utroligt vigtigt, der er hænder og tid nok, slutter Poul Henning Krog.

Blå bog

Poul Henning Krog (59) er født og opvokset i Svendborg. Arbejder som medicinsk læge på Psykiatrisk afdeling på OUH i Svendborg.

Bor på Tåsinge og fungerer som præst i Pinsekirken i Svendborg. Siden 2011 har han været lægekonsulent på behandlingscentret Slusen/Springbrættet ved Oksbøl.

Blev uddannet cand. med. i 1986. Har læst teologi på Fuller University og Københavns Universitet. Har tidligere gennem ti år været forstander på Mariager Efterskole og lægekonsulent på Elleruphus Rehabiliteringscenter.

Poul er gift med Susanne. De har tre børn og syv børnebørn.