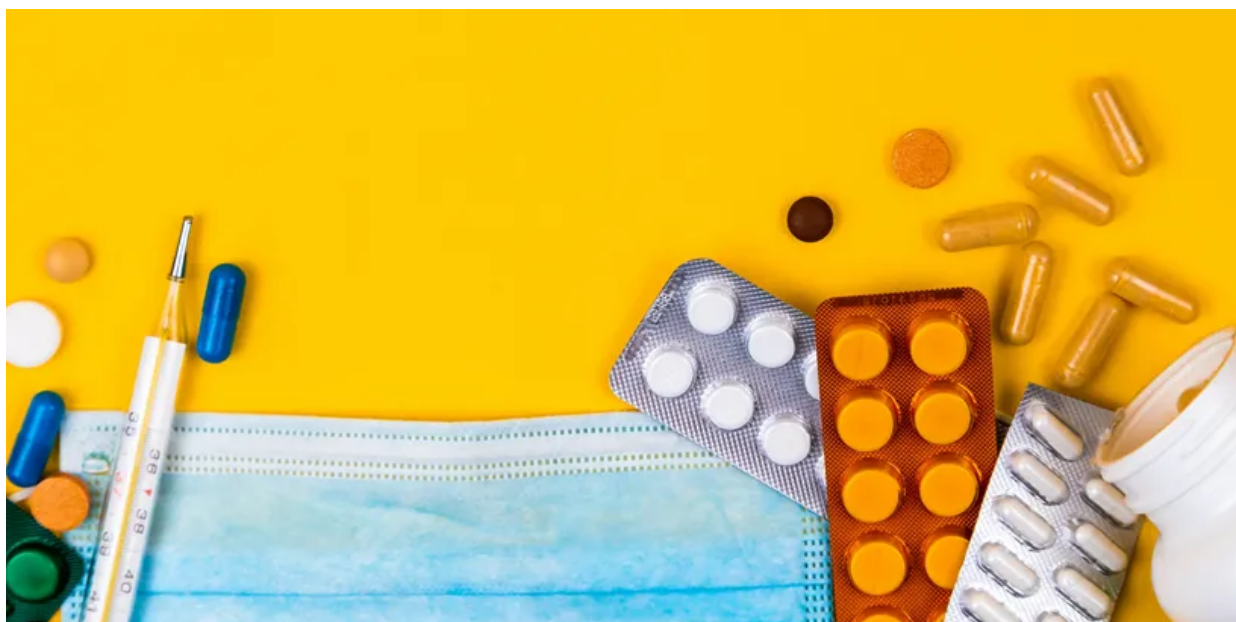


## – Trur du at du er sjuk nå igjen???

Korleis er det å vera pårørande til ein innbilt sjuk? Å gå rundt og trøysta ein du veit er sprettande frisk, men som sjølv er overtydd om at han eller ho har langt framskriden kreft og at livet snart er over.



– Helseangst er ikkje nett limet i eit forhold, seier psykiater Ingvard Wilhelmsen med eit lunt glimt i auget. Pårørendesenteret møter han i Suldal kor han har halde føredrag for tilsette i kommunen.

– Det er sjeldan hypokonder-delen nokon fell for når dei vel make, seier han og smiler.

Wilhelmsen er psykiater med hypokondri som spesialfelt. Dei seinare åra er han på folkemunne blitt kjent som hypokonderlegen, fordi han kvar veke tek i mot pasientar til behandling på landets einaste Hypokonderklinikk i Bergen.

## **Pårørande i terapirommet**

Psykiateren ønsker alltid dei pårørande inn i behandlingsrommet dersom dei er med pasienten.

– Eg trur mange tykkjer det er nyttig å observera korleis eg snakkar med hypokonderen. Ofte stiller eg tøffe spørsmål. Somme pårørande kan nok bli litt forskrekka over måten eg snakkar med pasientane på. Vågar du verkeleg seie det til henne? Det kunne ikkje eg ha sagt utan at ho hadde blitt sint, er gjerne omkvedet.

Ingvard Wilhelmsen legg til at det for han som terapeut naturlegvis er enklare å stilla dei konfronterande spørsmåla enn for ein pårørande, fordi relasjonen mellom pasient og ein nærstående er meir uoversiktleg. Men har den pårørande høyrte legen stilla eit spørsmål, gir det vedkomande ryggdekning til å spørja om det same ved eit anna høve.

Legen minner om at det er mykje lettare å vera empatisk enn konfronterande. Likevel er Wilhelmsen overtydd om at for mykje empati ikkje gagnar den sjuke, eller i dette tilfelle; den innbilt sjuke.

Tvert om, kan lidinga berre bli forsterka av for mykje forståing, påpeiker han. For Wilhelmsen er det viktig å snakke sant til pasienten utan at han av den grunn er stygg. Å bli stilt til veggs, har hjelpt mange til å få livet tilbake på rett spor, viser han til.

## **Kan det vera kreft, trur du?**

Det Wilhelmsen derimot har forståing for, er at pårørande til ein hypokonder kan bli både irriterte, oppgitte – og veldig, veldig trøytte.

Av stadige spørsmål av typen: «Kom og sjå på den raude flekken eg har fått på armen. Trur du det er kreft? Eg kjenner meg litt nomen, trur du det er ALS?»

– Så prøver den pårørande å forsikre om at det nok heilt sikkert ikkje er noko farleg, men det kan jo ikkje hypokonderen slå seg til ro med, for den pårørande er jo berre ein amatør, innvender Wilhelmsen.

Dermed har ein det gåande og den innbilt sjuke oppsøker høgst sannsynlegvis ein lege. Vanlegvis fører også ei friskmelding frå legen berre til ei forbigåande ro. For ein hypokonder krev heile tida å få stadfesta at han

eller ho ikkje er alvorleg sjuk.

## **Trøyttande greier**

Etter ei tid sluttar ofte hypokonderen å spørja ektefellen om ulike symptom, fordi han ser at det så lett blir konflikt av det. Likevel blir ikkje livet så mykje betre for nokon av partane av den grunn.

Mange innbilt sjuke trekkjer seg tilbake, går og grublar og kjenner etter i det stille. Sit ofte på soverommet og sjekkar kroppen, vågar ikkje dusja med lyset på av frykt for kva dei vil kunna finna av sjukdomsteikn rundt om kring.

Dette er veldig slitsamt også for den pårørande, som kanskje spør: «Er du inne i dette nå igjen?» Og hypokonderen må erkjenne at «ja, eg er nok det.»

Å leva tett på ein hypokonder kan vera slitsamt sjølv om vedkommande sluttar og mase, framheld psykiateren. Ein hypokonder blir veldig sjølvoppteken og brukar ikkje berre tid til å grubla over eiga helse, men også ofte mykje pengar på å kjøpa seg fram i behandlingsskøar.



Tekst:

**Heidi Hjorteland Wigestrånd**

Journalist