

Gamle får ikke depression de udvikler måske én.

v/ Elene Fleischer, Ph.d

fleischer@elene.dk

Helsebladet omtalte modelprojektet i Vejle Amt: ”Ældre og selvmordsforebyggelse”. Der blev i artiklen fokuseret på depression og personalets fornemmelse af manglende viden og redskaber til at støtte ældre. Denne artikel fik en ældre kvindelig handicappet til at tage kontakt først til helsebladet og senere til mig. Denne kvinde ønskede at være anonym, men jeg har selvsagt både navn og adr., da jeg har korresponderet både pr. brev og talt i tlf. flere gange. Nedenstående artikel har hun skrevet for at påpege, at gamle mennesker ikke FÅR en depression, men at de til gengæld udvikler depression. Det sker på baggrund af de forhold, der hersker i det danske samfund, hvor det at være ældre er ensbetydende med at være anden klasses menneske og til byrde for samfundet.

Personligt blev jeg udfordret på mine holdninger, men gennem eftertænksomhed fandt jeg frem til flere af egne fordomme og holdninger. Jeg håber at du vil læse dette og lade dig udfordre uden at gå så meget i forsvar, at du havner endnu dybere i grøften. Det værste er jo, at vi alle bliver ældre og ældre og ender, hvis vi altså lever længe nok, eller holder tilstrækkelig fast i livet, med også at blive gammel.

Gamle får ikke depression de udvikler måske én.

v/anonym ældre, handicappet kvinde

Jeg har læst artiklen i HELSE bladet for maj 2003, og vil gerne berøre det i artiklen omtalte fænomen: Depression - som foreslås klaret via antidepressiv medicin. Denne behandlingsmodel bliver anvendt da den er billigere for samfundet end metoder, der har en reel helbredende virkning, nemlig en kombination med samtalerapi og måske

medicin. Men noget andet, som er mindst lige så afgørende for at mindske antal af personer, der udvikler depression, er en ændret holdning først og fremmest hos politikerne. Deres udsagn er bestemmende for hvilke budskaber, der tilflyder medierne for derefter at komme ud til befolkningen i almindelighed og til de gamle i særdeleshed.

Allerførst vil jeg gerne slå fast med syvtommer søm: Endogen depression, dvs. indefra kommende, en i hjernen organisk opstået fejl, anser jeg i tilfældet gamle mennesker som være for let en forklaring. Det vil jer hermed i det efterfølgende gøre rede for.

Der er i stedet i allerhøjeste grad tale om en depression, der er forårsaget af et langt livs oplevelser af forskellig art. Lige som styrken af afmagt, tab, vrede er følelser, som sjældent er accepterede. Normer som de gamle levede/lever efter og derfor tvinger dem til at undertrykke følelserne. Undertrykt vrede vil uvægerligt slå ud i angst. Og da angstens egentlige årsag ikke er erkendt af den gamle, så opfattes denne angst som uforståelig, og forbliver uformuleret. Med den tiltagende alder oplever den gamle sygdom, magtesløshed, samt foragt fra omgivelserne, i reglen fra de yngre mennesker samt systemerne, som i udpræget grad synes at handle hen over hovedet på den gamle.

Hvorledes er den politiske holdning til ældre?

De gamle får dagligt besked gennem aviser, radio og TV, at de som gamle har en bestemt negativ betydning for det danske samfund, idet:

* De gamle belaster budgetterne.

* De gamle omtales som ældrebyrden.

* Der skal skæres ned på pensionerne, da der ellers ikke er råd til, at give pension til de kommende gamle om 30 år. Her sættes generationerne op mod hinanden.

* Medicinudgifterne har tårnhøje størrelser, endnu større end sidste år, de må skæres ned, hvilket betyder at pensionisterne selv skal betale mere af egen lomme til deres medicin. (Politikerne glemmer at fortælle ved samme lejlighed, at regeringen ikke beskærer medicinalindustriens ret til at bestemme medicinens pris.

Hvis regeringen stillede krav til medicinalindustrien om at sænke priserne, så ville skatte kroner forsvinde, hvis medicinalindustrien drog af lande. Så derfor er det jo fint med høje medicinpriser, for 25 % i skat af en høj pris er jo bedre, end 25 % af en lav pris og så vender vi skyldsårsagen 180 grader, og skyder i stedet på de gamle: De er skyld i, at landet snart stander i våde pga. de store medicinudgifter. Denne måde at fortolke virkeligheden på betyder, at der er slået to fluer med eet smæk, begge til fordel for regeringens nedskæringsplaner, som er dikteret af EU, hvor der stilles krav om ensartede lave socialudgifter for alle landene.

* De gamle, færdigbehandlede patienter ligger og fylder op i hospitalssengene. Dvs. de spærrer for muligheden af nedbringelse af ventelisterne, så de "rigtige" borgere, de erhvervsaktive, som tjener deres egne penge og betaler enhver sit af egen lomme, ikke kan komme ind på hospitalerne og blive behandlet hurtigt for den lidelse, de har pådraget sig, således at de tilsvarende hurtigt kan komme tilbage til arbejdsmarkedet og derigennem sørge for, at holde det vigtige samfundsmaskineri i sving.

Men politikerne glemmer ved samme lejlighed at oplyse om den virkelige årsag til, at de gamle ligger og fylder op i hospitalssengene, efter at de er færdigbehandlede:

Nemlig, at regeringen igennem årene har nedlagt det ene plejehjem efter det andet, den ene behandlingsinstitution efter den anden således, at der ikke er nogen mulighed for at få frigjort de hospitalssenge, som de gamle ligger i.

Og endelig også: At regeringen først lover nybyggeri af plejehjem og Dansk Folkeparti fra talerstolen og diverse rundbordssamtaler i hhv. radio og TV fremholder dette, hvorefter det samme parti i selve folketingssalens afstemningsrunder stemmer det forslag og penge hertil, ned, som de udadtil over for befolkningen har proklameret at ville støtte gennemført. Endnu engang blålys overfor de gamle, som må resignere i en hospitalsseng, hvor eneste privatliv er et sengebord og højst et forhæng mellem stuens senge - og ofte endda ikke engang det, mens de allermest intime øvelser med den gamle foregår for åbent tæppe.

Så er der også en anden årsag til de berømte/berygtede ventelister: Hvert år, når folketinget skal fastsætte størrelsen på statens finanser, hvor også hospitalsvæsenet skal have tildelt en sum penge, så bliver der år for år skåret så og så mange millioner af budgettet, hvorved der fraskæres lægestillinger, apparatur, div. medicintildelinger osv. Så det i forvejen udsultede hospitalsvæsen, også med nedlæggelse af mindre sygehuse/fødesteder, bliver om muligt endnu mere udmarvet, hvorfor det samme antal eller flere borgere skal frekventere et mindre antal læger/økonomisk formåen. Med det resultat at Ventelisterne bare bliver længere og længere år for år.

Hvis den til enhver tid siddende regeringen ved sine unkladelsessynder kan få borgerne til at opfatte deres ventelisteproblemer som værende hidrørende fra de gamle, så er det jo fint for regeringen. Også på denne måde bliver generationer sat op mod hinanden.

* Ved samme årlige finanslovsdebat, hvor de forskellige partier får mere eller mindre indflydelse set i forhold til deres respektive mandater, så bliver der filet og savet og flikket og klistret sådan, at det, der ender med at komme ud i den anden ende i reglen er efter devisen: "Den, der meget har, skal mere gives, mens den, der kun har lidt, den skal endog miste dette lidt" = Mathæus - effekten. Og det betyder i klar tale, at der skal skæres endnu mere i de gamles rettigheder som pension, tillæg, ydelser eller alt dette helst helt skal fjernes.

Og dagligt bliver der i diverse medier proklameret. om disse nedskæringer, så de gamle enten må lukke af eller konstant må føle sig angste, utrygge og magtesløse.

Devisen af alt dette er klar nok: Du, pensionist, er ikke samfundsnyttig, du er en belastning, du har ingen rettigheder, der er ingen med magt, der kan tale din sag ud fra en given §, kun pligter.

Prøv at behandle erhvervsaktive på denne måde: Lønnen reduceres uden varsel med en af systemet udtænkt %, som i øvrigt ikke er til diskussion, velerhvervede rettigheder bortskæres m.m., så ville den pågældendes fagforening stå med det straks oppe på tåneglene og kræve sine medlemmers interesser respekterede og med det straks ført tilbage til oprindelsesbeløbet - i modsat fald går de pågældende arbejdstagere i strejke. Og en sådan strejke ville, dersom arbejdstagerne er ansatte på de for samfundet vitale områder, hurtigt kunne få lammet hele samfundet.

Men pensionister har ingen stærke fagforeninger i ryggen til at tale deres sag, ingen tillidsmand, intet strejkevåben. Skal de ophøre med at være pensionister? Det kan de kun ved at dø. Er det en absurd tanke? Måske, men resultatet af dette er, at de gamle føler sig totalt afmægtige.

Det offentlige system.

* Pensionisterne oplever at blive snydt for deres rettigheder, som er nedfældet i loven § dit stk. dat. Disse rettigheder, er ikke tilgængelige for pensionisten. Ganske vist udgives der hvert år en lille håndbog af Carsten Riis: "På pension og efterløn", som omhandler det væsentligste, men derudover udgives der tilsvarende hvert år af Socialministeriet såkaldte skuffecirkulærer, som kun er til internt brug for kommunernes socialcentre, og som i hovedreglen går ud på, at ophæve de allerede eksisterende love. Pensionisterne er derfor på herrens mark, hvad angår deres rettigheder. Og dertil skal føjes, at sagsbehandlerne efter min erfaring aldrig fortæller pensionisten om en anden §, som sagen evt. kunne anskues ud fra og bruges til at løse et økonomisk problem. I stedet bliver der sagt: "Det kan der ikke bevilges penge til".

Resultatet af sådanne undladelser, løgne til ukorrekte bestemmelser og afgørelser, kan høres i det ugentlige radioprogram på DR P1 bestyret af socialrådgiver Hanne Reintoft "Ret og Pligt", samt Hanne Reintofts mange socialbrevkasser i diverse ugeblade, hvori hun oplyser borgerne om deres rettigheder, og hvor de evt. kan henvende sig for at få yderligere hjælp mod "væsenet".

* De gamle oplever ofte uforskammede sagsbehandlere, som ofte er i den samme alder, som den gamles egne børn, og som mener at have ret til at korrekse og koste rundt med de gamle i en nedladende tone. Sådant en sagsbehandler er ikke sjov at komme i kløerne på. Og som en hjælpsøgende person i Hanne Reintofts udsendelser udtalte: "det er vigtigt at vise sine krybesår, hvis man skal opnå at få sin ret".

Man skal altså åbenlyst lægge sig ned og derigennem vise og anerkende, at det er tilladt den anden at træde på sig. Det er uklogt at tage til genmæle over den anvendte uforskammede tiltale fra sagsbehandleren. Den gamle føler sig magtesløs, retsløs, prisgivet og nedgjort.

* En anden måde det offentlige kan holde på pengene på, er at ændre lovene således at folk, som tidligere havde ret til en ydelse/et hjælpemiddel/behandling alene som følge af at være pensionist - enten førtidspensionist eller folkepensionist - nu skal søge som en trængende person.

Dette ord: trængende var ellers et af de begreber, der blev fjernet fra det danske sprog, og som ikke skulle knyttes til det at blive gammel, ligesom almisse heller ikke hørte til i det danske sociale lovsystem. Det var et begreb vi tog afstand fra, da folkepension blev hvermands ret i 1967. En pension som alle over en vis alder havde ret til at få. En ydelse som var optjent ved at alle havde betalt skat igennem et langt liv. Og derved også havde gjort sig fortjent til at få denne ydelse.

Men nu har dette begreb igen sneget sig ind i politikernes tankesæt og indgår dermed også i deres talesprog. Politikere som i dag er højre, højre og ultra højre partier, der ved sine tiltag er ved at bombe landet og dets svageste borgere tilbage til det 1800 århundrede.

Når de gamle forsøger at få tilkendt disse tillæg, skal de igennem en procedure, hvor de skal udfylde/besvare en hoben spørgsmål angående privatlivet, økonomiske forhold, ægteskab - eller enlig socialstatus. Disse spørgsmål føles så ydmygende og forulempende, at de fleste gamle afstår fra at gennemføre deres ansøgning om tillæggene, selvom de meget har brug for et økonomisk tilskud. Flot arbejde: Det er lykkedes kommunen at spare penge.

I øvrigt vil jeg gerne erindre læserne om, at da det i sin tid blev bestemt, at folkepensionen skulle være i denne lave størrelse, så var det netop med den udtrykkelige tilføjelse, at pensionisterne så oveni kunne få tilkendt forskellige tillæg

oveni pensionen. Tillæg til briller, tandbehandling, fodbehandling, bløddelsmassage, diverse hjælpemidler til afhjælpning af fysiske handicap osv., samt det såkaldte "mimrekort" og gratis medicin.

Men langsomt gennem de seneste år er disse goder enten helt forsvundet eller stærkt reducerede. Og de goder, der stadig er "i live" for de gamle, bliver dagligt kommenteret af politikerne som værende for dyre for samfundet.

Det må pointeres at pensionens størrelse ikke er hævet i takt med disse tillægs forsvinden. Iflg. Statens Socialforskningsinstitut er realindkomsten for pensionister faldet med 17 %, samtidig med at varepriserne er steget med 25% p.a. mens de erhvervsaktives indkomst er hvert år steget med mellem 4 og 6% af deres i forvejen høje løn.

A pro pro "Mimrekort": Der er spærretid for pensionister mellem kl. 07.00 og 09.00, hvor de ikke må bruge busser eller tog. På dette tidspunkt er de offentlige transportmidler forbeholdt de erhvervsaktive. Disse er på vej til arbejde, og dem, skal der være plads til fordi de jo betaler fuld pris for deres billetter, og derfor skal de selvsagt have førsteret til pladserne. Der er også spærretid for pensionisterne mellem kl. 15.00 og 17.00. På disse tidspunkter må pensionisterne pænt sidde og vente på busstoppestedernes bænke uden ryglæn, hvis de er så uheldige at være kommet for sent af sted eller tog og bus er forsinket, så de ikke når at komme af vejen, før det travle folk skal bruge de offentlige transportmidler.

Hvert år ved finanslovstid går Ældresagen ind og prøver at få politikerne til at ophæve disse for pensionisterne så nedgørende spærretider, men hver gang bliver forslaget nedstemt i folketingsalen.

Noget andet, som ofte udtrykkes fra politisk side og formidles til diverse medier er: "At der skal skæres i pensionerne, fordi der kun skal gives pension til de fattigste"! Hvem er "de fattigste", og hvordan måler man fattigdom? Efter hvilke kriterier? Hvem skal vurdere størrelsen af denne fattigdom? Politikerne? Kommunernes personaler? eller monstro pensionisten selv? Det er næppe disse sidste, dem, der har retten til pension, der får tale- eller råderet.

At blive identitetsløs

Det at være pensionist er foruden at være gammel også: at være uden personkendetegn. Såsom: Maler, musiker, boglæser, koncertgænger, foredragslytter, studiekredsdeleger, tænker, debattør, politisk bevidst/aktiv, feminist, holdningsbearbejder, livskunstner, blomster - dyreelsker m.m.

I stedet er pensionisten gået fra alt dette levende og identitetsskabende til at blive en del af en grå masse, som få eller ingen regner med, endsige respekterer, og følgelig heller ikke behøver behandle respektfuldt og anstændigt.

At blive identitetsløs medfører, at andre ikke behøver at yde den gamle respekt. Takt er en by i Rusland. Det forventes, at den gamle accepter ydmygende tiltale og behandling. Den gamle må også erkende og mestre at blive påduttet, at gamle ligger systemet til byrde.

Det offentlige rum

Dette manifesterer sig også idet offentlige rum: Jeg vil fokusere på trafikken, lyskryds, fortove og busser mv. I dette afsnit vil jeg komme med nogle episoder og hændelser som jeg selv har oplevet, og derfor kender til.

Fodgængerovergang

Fodgængerovergangs lysreguleringskryds' skiftehastighed, som er indrettet efter de unge, raske og stærke, hvorfor det er halsløs gerning at tro, at man som gammel og gangbesværet formår at komme helt over, inden lyset skifter til gult. Så må man stå ude midt på kørebanen i en 70 cm. bred helle mellem de omkringsusende biler både forfra og bagfra. Det er om at have nerverne og balancen i orden i sådanne situationer. Og være opmærksom og registrere alle de bilister, der kører over for gult, således at jeg ved min overgang ved grønt kunne komme i fare for at blive kørt ned.

Vilkårlig vold

Voldelige udenlandske drenges fysiske overfald og taskerøverier mod gamle damer, som jeg oplevede i 2002. Og af samme grund vover jeg mig ikke længere ud på gaderne efter børnenes skoletid omkring kl. 13-14 og heller ikke i weekenderne. Ved henvendelse til politiet får jeg den besked, at de ikke har ressourcer til at tage sig af det, og at de derfor ikke vil optage rapport.

Disse udenlandske drenge og pigers fysiske overfald mod gamle damer i busser, hvor jeg igen og igen blev slået med knytnæve i brystet af en tyrkisk dreng. Jeg værgede for mig med hænderne så godt jeg kunne, da jeg var angst for, at det overskårne brystben efter hjerteoperationen, skulle blive knust af slagene. Flere af de andre gamle damer på de andre sæder blev også udsat for det samme.

Volden mod mig blev først standset, da en ung, dansk mand greb ind og stoppede drengen, der var ca. 13-14 år. Chaufføren, der både havde hørt og set de stærkt skrigende børn i det store
oversigtsspejl, foretog sig intet som han burde, men fortsatte uanfægtet sin kørsel frem til det stoppested, hvor børnene skulle af.

Da børnene var steget af eller smidt ud af den danske, unge mand, og bussen fortsatte sin kørsel, viste det sig, at der iblandt de 25-35 årige stående passagerer var socialarbejdere og kommunale folk, som netop kørte med på denne busrute for at observere sådanne scener, som de igennem diverse anmeldelser vidste foregik. De pågældende tog efterfølgende kontakt til de skoler, som disse børn gik på. For herfra at få oplyst forældrenes navne og adresser, og således få sat et forebyggende arbejde i gang.

Da jeg chokeret og forslået så mig om, mødte jeg de samme skræmte og lammede ansigtsudtryk i de andre gamle damers ansigter, som jeg formentlig selv sad med. Samtidig så jeg også et stort medlidende udtryk i deres øjne, som "sagde" de undskyld for ikke at have kunnet komme mig til hjælp under overfaldet. De var jo selv udsat for det samme, og derfor ligeså magtesløse som jeg.

Jeg blev omsider sat af ved min gade, hvor jeg satte mig på en offentlig bænk, så jeg kunne sunde mig så meget, at jeg formåede at gå de sidste 10-15 meter hen til min gadedør.

Vel indenfor ringede jeg til mit socialcenter og fortalte om det skete. Da sagsbehandleren i mit socialcenter hørte om, hvor på linien overfaldet var sket, så svarede hun straks, at det kunne hun ikke hjælpe mig med, det skulle jeg i stedet tale med et andet socialcenter om. Henvendt til deres telefonnummer. fik jeg den besked at det var min egen Afd., jeg skulle tale med, for det var der, jeg hørte til. På denne måde blev jeg kastet frem og tilbage imellem systemerne og det endte med, at jeg overhovedet ikke fik hjælp til at reagere på hændelsen.

Heldigvis har jeg tidligere haft kontakt til en dygtig psykolog, og hende tog jeg kontakt til igen. Hun tog over, men jeg måtte alligevel igennem socialsystemets

ydmygende graven og udspørgen, da jeg søgte om 1.000,00 kr. til udredning af psykologens begyndende arbejde, skønt der i loven om krisepsykologhjælp er konkret affattet bestemmelser om økonomisk hjælp ved sådanne kriser. Noget andet er, at man som gammel bare skal sørge for ikke at blive overfaldet i slutningen af bevillingsåret, for så er de bevilgede midler brugt op, og der kan ikke ydes økonomisk hjælp til betaling af psykologhjælp.

Cyklister kan ikke lide gamle mennesker

Cyklister, der kører på fortovene, de kommer bl.a. susende bagfra så tæt på mig, at de "snitter" lige den ene side af kroppen, hvorved jeg dels bliver forskrækket og dels er ved at vælte og dermed i risiko for at falde og brække flere knogler, end jeg allerede har gjort. Det samme sker i fodgængerfelterne.

Unge mødre med barnevogne har førsteprioritet

Unge mødre går ved siden af hinanden på fortovet med hver sin barnevogn og derved spærrer hele fortovets bredde. Og når jeg opfordrer den ene til at trække ind bag ved den anden, så jeg kan komme forbi, (jeg går med krykkestok), så henviser denne kvinde med en fejende håndbevægelse og et hånligt smil mig til at gå ud på cykelstien. Når jeg nægter at gøre dette under henvisning til cyklisterne, så kører den pågældende kvinde sin barnevogn ind i maven på mig, så jeg er nær ved at blive væltet omkuld.

Disse mødre med deres barnevogne er også til overflod i supermarkederne, selv i de allermindste med smallest mulige gange, og i de små butikker. Disse mødre mener, at de har førsteret således, at

hvis jeg kommer imod dem og deres barnevogn, så tilkendegiver de, at det er mig, der som handicappet skal bakke ned til det sted, hvor der er en sidegang, sådan at de kan fortsætte deres kørsel fremad.

Når jeg taler med andre ældre damer om disse hændelser, så er vi ret enige om, at med os uddør dannelsen, eller det at der blive taget hensyn til den ældre generation.

Det offentlige transportsystem busserne

Nogle af de mandlige buschauffører klapper dørene i lige foran næsen på mig, når jeg skal til at stige op på trinet. For derefter at starte bussen og køre 2 1/2 meter længere frem, hvor bussen skal holde for rødt ved et lyskryds. Chaufføren kunne altså godt have nået at lade mig komme med. Det samme fænomen har jeg oplevet som passager inde i bussen, hvor også en anden stokkegående gammel dame fik klappet dørene i foran næsen på hende. Jeg råbte op og skældte chaufføren ud. Her er det efter min mening tale om en udpræget form for ældre-fascisme.

I bussen har jeg oplevet, som siddende passager, hvor jeg havde min krykkestok stående ved siden af mit sæde, at blive tiltalt af en ung **glatraget, tatoveret** mand med ordene: "Når vi kommer til magten, så vil sådan en som dig være den første vi slår ihjel".

Resultatet af, at bussernes fart under kørslen er så høj, så er både starterne og opbremsningerne tilsvarende med stor kraft. Og det betyder, at ældre, der står op, støttende sig til de lodrette stænger, ikke formår at holde sig fast med deres gigtsvage hænder, hvorfor deres hænder bliver revet fra stængerne, og de ryger hen ad gulvet og brækker forskellige lemmer.

Eller at de ældre, der sidder ned, i skarpe sving bliver kylet af sædet og lander med hovedet først i gulvet, og knalder dette ind i en af de lodrette stænger i den modsatte side af midtergangen. Det oplevede jeg i år 2002.

Endvidere er en del af chaufførerne i busserne uopmærksomme pga. tidspresset i køreplanerne, så de ved stoppestederne ikke når at se ordentligt efter, hvorvidt folk er kommet ordentligt af bussen, hvilket i flere tilfælde har bevirket, at folk har siddet fastklemt i dørene, hvorefter bussen igen satte i gang.

Jeg har selv siddet fastklemt i dørene 4 gange, hvoraf jeg den sidste gang oplevede, da folk i bussen skreg op om det skete, at chaufføren, mens bussen endnu var i fart, åbnede dørene og "droppede" mig ned på asfalten, hvorefter bussen fortsatte sin kørsel i høj fart. Heldigvis kom der ingen biler lige efter bussen. Folk inde på fortovet, der havde overværet det skete, kom løbende ud på vejen og hjalp mig op og ind i sikkerhed på fortovet.

Værre gik det for en 80-årig dame: Hun var ikke kommet helt ned på cykelstien og havde derfor stadig hånden på stangen i bussen, da dørene smækkede sammen om hendes arm, hvorefter bussen satte i gang med sin sædvanlige høje fart og slæbte kvinden 40 meter hen ad gaden, før

chaufføren blev standset, dels af de andre opskrigende buspassagerer, dels af tililende mennesker på gaden. Kvinden blev i ambulance kørt til Rigshospitalet, hvor det viste sig, at hendes arm var revet af ved skulderen, så den måtte amputeres, samt at hun havde fået så alvorlige indre kvæstelser, at hun døde tre dage efter. Dette skete også i sommeren 2002.

Efter denne sidste episode blev det fra myndighederne bestemt, at i de københavnske busser skulle de siddepladser, der var placeret nærmest midterdøren, som er udstigningsdøren, være forbeholdt ældre og gangbesværede.

Dette blev gjort synligt igennem opklæbte piktogrammer på vinduesglassene over disse sæder. I praksis betyder dette så, at den person, der sidder på disse sæder, skal vige pladsen, når de gamle og/eller handicappet stiger på bussen, og derfor har behov for at sidde på disse pladser. På den måde kan de gamle nå at komme frem til dørene og ud i sikkerhed i tide.

Men jeg har ofte været ude for, når jeg beder om denne handicapplads, enten at få et direkte nej, eller også at måtte diskutere så længe med vedkommende siddende unge **vrangvillige** person **oftest unge kvinder**, at bussen når at sætte i gang, hvorved jeg er ved at vælte omkuld.

Flere gange har en anden ældre dame, der har siddet på sædet foran den pågældende uvillige unge, og som har overhørt diskussionen, rejst sig og tilbudt mig sin plads. Men jeg har afslået dette med henvisning til dels, at det må være den unge, raske og stærke, der afgiver sin plads for den ældre, syge og svage og dels, at det så meget mere tydeligt fremgår af bussens eget reglement, at de skal gøre dette.

Bedre personaleuddannelser i plejesektoren:

Der er ikke status i gamle. Derfor betales der heller ikke nogen ordentlig løn til plejepersonalet. Der gives ikke en ordentlig løn for arbejdet, og dermed sendes der et signal både til den, der allerede arbejder i ældresektoren og til alle potentielle interesserede personer: Dette job er ikke særligt højt agtet – Altså: de gamle er ikke agtværdige. Fordi agtværdighed i vore dage måles i penge – frem for, som tidligere i, hvordan du behandler andre, så er agtværdighed en by i Rusland. Det er fortrinsvis kvinder, der arbejder i plejesektoren, og kvinder har i al almindelighed en lavere løn end mænd (20% lavere trods 30 års jubilæet for ligelønnens indførelse i Danmark), så er den lave status her kraftigt markeret.

Politikerne siger ved festlige lejligheder f.eks. fra Folketingets talerstol at der skal etableres en bedre uddannelse af plejepersonalet men de samme politikere vil ikke stemme for, at der bliver afsat flere midler således, at det kunne resultere i flere ansatte. Således at personalet fik mulighed for at bruge lidt mere tid til også at være mere menneskelige overfor de gamle.

Desuden mener jeg: Al uddannelse og viden hos personale af enhver faggruppe stort set er omsonst, dersom ikke også mentaliteten hos den enkelte grundlæggende er en humanistisk tænkemåde. Det humanistiske burde være en meget stor del af grunduddannelsen.

Ungdomsfiksering og angst for døden:

Hele ungdomsfikseringen, hvor alle gamle - eller bare voksne kvinder - er totalt fjernet fra det offentlige rum, er et tydeligt bevis på de unge menneskers egen angst for at blive ældre, blive gamle, miste kontrollen, miste magten, blive syge - og skulle dø.

Denne angst for at blive gammel- at kroppen ændrer sig resulterer sig bl.a. i de mange plasticoperationer, hvor naturlig aldring fjernes, silikonebryster i størrelse B, C, D og E skåle, og tøj i størrelse 34 og 36 for ikke at tale om pigestørrelser, som fordrer en unaturlig magerhed, og som udelukkende kan bibeholdes ved at sulte sig, med lidelserne som anoreksi og bulimi til følge. Og disse lidelser ses helt ned 10-12 års alderen.

Noget helt andet er, og det kan undre mig, hvad det er, der får unge mennesker til at købe ejerlejligheder/huse, biler, sommerhuse og både for 20 -25 millioner. Det er et

beløb som de aldrig vil kunne betale i løbet af det ene liv, som de rent faktisk kun har til rådighed. De opfører sig altså, som om de har et evigt ungdommeligt liv, hvor de således til evig tid vil have et velbeslået arbejde og derved fortsat kan bevare deres gode økonomiske indtægt. De lukker altså øjnene for, at de vil blive gamle, blive svage, miste arbejdsevnen og være overladt til et ydmygende liv under andres eventuelle barmhjertighed. For at kunne gennemføre dette illusionsprojekt må de selvfølgelig fjerne alle gamle fra synsfeltet således, at de ikke bliver forstyrret i eller vækket af deres drømme. Synet af gamle aktiverer angsten, denne angst omformes som aggression og rettes mod de gamle.

Med politikernes konstante udmeldinger til medierne om, at de gamle er for dyre, optager pladserne på ventelisterne, så gives ungdommen signaler om, at det er tilladt at betragte de gamle som lovligt vildt/prygelknabe for de vanskeligheder/frustrationer, som de unge har i en presset hverdag. De gamle bliver, om man så må sige, lynafleder for den (negative) ophobede energi, som rettelig kommer fra de livsvilkår, som regeringen giver f.eks. småbørnsfamilierne, og som rettelig burde sendes til regeringen. Men de er jo som bekendt ikke sådan at nå rent fysisk, og så er de gamle så dejligt lige ved hånden i det daglige.

Usynliggørelse af de gamles behov:

En anden negligering af gamles rettigheder er supermarkedernes "tilbuds" aviser, hvor der gives tilbud på en vare, dersom man køber 3, 4, 5 eller 10 stk. af denne vare. Dvs. budskabet er rettet til ikke bare familier med indtil flere børn, men også til velbeslåede sådanne, som bor i store lejligheder/huse med diverse opbevaringsrum. Hvorimod gamle ikke har disse livsvilkår og derfor ikke kan få del i den fordelagtige rabat. Det er dog ellers de

gamle, der har færrest penge og derfor skulle være selvskrevne til at få tildelt disse rabatter. Endnu en nedgørelse og usynliggørelse af gamle.

Hjemmehjælpen til de gamle:

I længst forsvunden tid var det voksne, erfarne husmødre, der blev ansat som husmor afløser. De gjorde (grundigt) rent, købte ind i den forretning som den gamle selv plejede at handle i, ofte sammen med den gamle, lavede mad, vaskede tøj, strøg tøj, hjalp den gamle med enten bad eller små reparationer af tøj, samt gardinnedtagning/vask og vinduespudsning.

Efterhånden som der blev flere og flere nedskæringer (også på plejehjem), så hed det nye mantra "længst muligt i eget hjem" og samtidig, at det længere tidsrum, hvor de dengang ældre og de nu gamle skulle opholde sig i hjemmet, så skulle kompenseres af en bedre hjemmehjælp. Men det var det modsatte, der skete: De voksne, erfarne husmødre, der vidste noget om husførelse og medmenneskelighed, blev afskedigede og i stedet kom der så nogle ganske unge, uerfarne kvinder - og senere unge mænd - som for det første ikke fra eget liv havde viden om praktisk husførelse.

Efterhånden, som nedskæring følger på nedskæring, så er det slut med normal rengøring (kun lige midt på gulvtæppet). Vinduespudsning, nedtagning af gardiner og vask af samme er skåret væk, ligesom det også er sket med madlavning. Dette sidste skal nu ske via indkøbsfirmaer, som via udlicitering entrerer på opgaven, hvor kommunen så udvælger det firma, der er billigst. Og da der bliver lavet en ny runde udlicitering og dermed også skiftende kvaliteter og priser for de ordninger, som de gamle bliver præsenteret for.

Men indkøbsfirmaets ordning indeholder krav om indkøb i een bestemt forretning - som ofte er den dyreste, og i hvert fald ikke er der, hvor den gamle hidtil har været vant til at handle - og i størrelser og sortiment, som er tvunget af forretningen. D.V.S., at indkøbsfirmaet og forretningen indbyrdes har lavet en ordning, som begge kan

tjene på – og det er den gamle der betaler gildet uden hverken at have været taget på råd eller overhovedet at have indsigelsesret på de valgte beslutninger. Madlavning? Det skal ske ved udbringning af færdiglavet mad fra et centralkøkken, der dels er lavet i kæmpekedler med totalt udkogte kartofler, totalt udkogte grøntsager og sejt kød. Og bedre bliver det ikke af, at maden i udbringningsbilen er placeret i et varmeelement, der gør, at smagen bliver "gammel" og uappetitlig. Og for gamle, der i forvejen døjer med manglende spiselyst, så er disse tilstande ikke noget, der forbedrer appetitten.

Og nedskæringerne kommer også til udtryk i, at der ikke er tilmålt mere end 45 minutter til den enkelte gamle hver 14 dag. Der er dårligt tid til at få hevet støvsugeren frem og bruge den midt på gulvet, før den igen skal sættes tilbage i skabet. Og der er slet ikke afsat tid til at tale med den gamle. Er hjemmehjælperen så også en ny ung pige hver gang, som det ofte sker, der skal sættes ind i netop dette hjem. Og hvor hjemmehjælperen er den eneste person, som den gamle ser og taler med i en uge/hver 14 dag, så har den gamle derfor et stort behov for at tale med og selv blive talt til på grund af isolationen og ensomheden i sin lejlighed.

Det er der ikke tid til, og slet ikke til, at det yngre motiverede menneske kan sætte sig ind i netop denne ældres eller gamles situation. Der er slet ikke tid til at give den gamle en mulighed for at få bare en lille smule værdighed, ved at dele nogle af sine livserfaringer med et lyttende interesseret yngre menneske. Og ofte bliver der med få timers varsel meldt afbud fra socialcentret. Resultat: der går en måned, før der kommer en anden hjemmehjælper.

Resultatet er, at de gamle sidder ensomme i deres lejligheder, der p.g.a. manglende ordentlige pasning er groet til i skidt og møg. Ude af stand til at få gjort noget ved det ved egen kraft, uden pårørende, som med mellemrum kan tage over, og uden den

nødvendige økonomi til at lade et rengøringsfirma klare den daglige pasning af sit hjem. Det er altså ikke en værdig måde at blive gammel på.

Hjælpe midler, nej er det nødvendigt:

Er man så uheldigt at være gangbesværet, handicappet eller blot slidt ned så er der endnu et problem at løse, for tildelingen af hjælpemidler som f.eks. sko, sker altid devisen: det grimtest mulige. Når man tænker på, at kvinder altid har været forfængelige, så er det ikke morsomt for sådan en kvinde at få udleveret nogle sko, der er uformelige og klodsede og i en grårumset farve, der skriger til himlen om offentlig tildeling. Det er fuldstændig som for 50 år siden, hvor det offentlige "Børnenes Kontor" udleverede henholdsvis. tøj og sko til fattiges behov i materialer og form, som tydeligt for enhver kunne ses, hvor det kom fra og som udløste massiv mobning fra kammeraterne. Det er den samme ydmygelse og nedgøring af mennesker, der er bragt i en situation i livet, hvor de ikke har mulighed for at være selvhjulpne. Jeg oplever det som en sadistisk tilbøjelighed, der her bliver tilfredsstillet fra det offentlige systems side.

Hvem er klogest på hjælpemidler?

Et andet eksempel: Jeg har nu i over et år ansøgt om tildeling af en bestemt trykaflastningspude med oliebaseret indhold, som en plejehjemsleder har anbefalet mig ud fra hendes gode erfaringer med netop denne pude, som kan forhindre tryksår hos gamle, der er enten rullestolssiddende eller på grund af gangbesvær er meget siddende. Men ergoterapeuten på mit socialcenter vil ikke uden videre give mig denne pude, men har indtil nu forsøgt at prakke mig 4 forskellige andre puder på, som enten er for tykke, så mine ben ikke kan nå gulvet, dvs. dette medfører en afsnøring af blodårerne på bagsiden af lårene, eller er så hårde så der kommer andre trykskader, eller er for brede, så den ikke kan være i min stol osv. På ergoterapeutens idelige

forsøg med disse andre pudevalg, så spurgte jeg, om grunden hertil var, at den oliebaseerde pude var dyrere end dem, hun her foreslog. Dette benægtede hun. Det får selvfølgelig mig gamle menneske til at konkludere at begrundelsen er, at det for ergoterapeuten er vigtigere, at hun bestemmer, end at jeg som pensionisten får den pude, der kan afhjælpe mit siddeproblem. Men resultatet er, at jeg stadig - mere end et år efter ansøgningstidspunktet - endnu ikke har opnået at få bevilget den pude, som jeg har ansøgt om. Jeg har smerter og trykmærker, som jeg gruer for kan ende ud i reelle sår, som vil have svært ved at hele p.g.a., at jeg får blodfortyndende medicin, som gør, at blodet ikke koagulerer, d.v.s. at et sår vil have vanskelig ved at lukke sig.

Jeg har dog tilladt mig skriftligt at anke ergoterapeutens afgørelse og har dermed udbedt mig en tilsvarende skriftlig redegørelse for begrundelsen for hendes afslag, så jeg kan anke denne til højere instans.

To dage efter mit klagebrev blev puden bevilget - men slyttet i endnu en måned på sagsbehandlerens skrivebord. Hun glemte at ekspedere pudebestillingen inden hun gik på 4 ugers ferie.

Gamles oplevelse af afmagt og manglende selvværd:

Gamle menneskers oplevelse af afmagt og manglende selvværd, er udviklet af de signaler, de får fra det omgivende samfund. Det ikke at have betydning, samt de daglige trusler om forringelser og ophør af nuværende goder, kan udløse frygt og angst. Angst for morgendagen: Hvordan vil livet være for mig om en måned?, om et halvt år?, om et år? Dette opleves som en massiv utryghed - og kan udløse selvmordsvalget som løsningsmodellen ud af alle nuværende og kommende ydmygelser og nedværdigende livsvilkår. Det fortsatte liv opleves som mere truende end en valgt død.

Jeg tror ikke så meget på den påstand om, at årsagen til de gamles valg af selvmord er et ønske om ikke at ligge deres børn og familie til last. Det er måske nok det, de siger, men personligt tror jeg mere det handler om de her beskrevne årsager, der drypvis gennem tid udhuler stenen. De negative påvirkninger forringer fornemmelsen af værdighed. Det er ekstremt vanskeligt at beholde en følelse af betydningsfuldhed, når man ligger ned, og til stadighed bliver sparket på.

Disse følelsesmæssige oplevelser er mere eller mindre diffuse for de fleste gamle, og de kan derfor ikke samle de forskellige elementer til et helt og sammenhængende billede. De kan slet ikke sætte ord på dette virvar af modsatrettede følelser og kaos. Derfor er forklaringen om ikke at ville ligge familien til byrde mere tilgængelig, og den kan derfor lettere bruges.

Plejehjem:

At komme på plejehjem er for mange - for ikke at sige de fleste gamle forbundet med angst p.g.a.

* fratagelse af retten til selv at vælge/fravælge samvær med mennesker, man ikke i "levende live" ville have valgt at være sammen med.

* at være prisgivet/i lommen på "bestemmere" , dvs. følelsen af at ens selvbestemmelse er sat ud af kraft dvs., at man bliver umyndiggjort.

* at skulle gøre alt på kommando/på samme tidspunkt som de øvrige beboere, dvs. man bliver et upersonligt flokmenneske. Og når man så ved, at der kan være mennesker der, som er i forskellige grader af "gammelhed" med henholdsvis fysisk og psykisk svækkelse, hvoraf den sidste gruppe gamle kan være særdeles voldelige

og være uden evne til at kunne styre deres urin og afføringsprocedurer med deraf følgende stank, så siger det sig selv, at de gamle, der endnu magter at blive i deres eget hjem, foretrækker dette.

* at spise sammen med mennesker, der på grund af senilitet ikke formår at gøre dette på en æstetisk måde. Eller mennesker, som i et helt liv har været alkoholiserede, og som stadig i alderdommen er alkoholiserede med alt, hvad deraf følger i væsen og adfærd.

Truslen om plejehjemsanbringelse fra Kommunen, der gennem den nye lov har ret til at tvangsanbringe på plejehjem imod en ældres ønsker kan give den gamle angst. Angsten kan udløse den gamles valg af selvmordet som afværgeforanstaltning. Og er den gamle allerede blevet anbragt på plejehjemmet, så kan selvmordet - som refereret i HELSE bladet for maj 2003- blive den sidste desperate handling den gamle foretager for at befri sig selv.

De rigtige og de forkerte mennesker:

Jeg er så gammel, at jeg kan huske 2. Verdenskrig, hvor nazismen herskede, og hvor lovene langsomt efter salamimetoden forringede livsvilkårene for de svageste borgere - som til sidst mandede ud i, at disse - først i det skjulte, men til sidst helt åbenlyst - blev aflivet. Den fascistiske tankegang med, "at jeg er mere værd end dig, og fordi du er ringere værd end jeg, så har jeg lov til at udlette dig" og man kan som bekendt udlette på mange forskellige måder: Psykisk og slutteligt fysisk. Og det omgivende samfund bliver langsomt mere og mere påvirket til at tro på, at de har denne ret. Jeg ser disse tegn optræde igen i politikernes tale, lovgivninger og i de ovenfor beskrevne episoder fra forskellige borgeres adfærd mod dem, der er svagere end dem selv. Og denne holdning, som

kommer til udtryk her, er ikke bare vendt mod pensionisterne, men i det hele taget mod de arbejdsløse, de handicappede, de psykisk syge og de unge, der overhovedet ikke kan komme ind på et ordinært arbejde - hvorfor de har udsigt til et liv på en konstant minimumsydelse uden udsigt til en frigørelse herfra. Dette kan i ren desperation ende ud i både alkohol- og narkotikamisbrug med deraf følgende kriminalitet - som regeringer så også har sine sanktioner imod, som ikke er at hjælpe ud af og væk fra men tværtimod fastholdelse og mere traumatiserende ydmygelser, der avler trods og vrede og mere had mod "systemet": Skruen uden ende.

Jeg gruer for om vores samfund er ved at udvikle sig i denne retning. Jeg tror også, at der er mange andre gamle, der gør det samme, og som kan være medvirkende årsag til deres valg af selvmord for at slippe ud af dette fremtidige skrækscenarie.

Jeg hørte i radioen på DR PI i begyndelsen af maj i år: Nogle gymnasieskoler havde konkurreret om at skrive en novelle, hvor emnet skulle være humor. Den skoleklasse, der vandt, kom i radioen, hvor novellen blev læst op af en af eleverne. Efterfølgende blev den pågældende elev udspurgt om, hvordan klassen havde arbejdet med emnet, og hvordan de havde fundet frem til, hvilket emne de ville bruge til omdrejningspunktet. Der var højlydte tilråb fra de andre elever om, hvilke forslag de hver især var kommet med og et af disse tilråb lød: *Hvor sjovt det ville være at overfalde en gammel dame på gaden.*

Det er for det første værd at bemærke sig, at de pågældende gymnasieelever var 16-17 år og altså i en alder, hvor man skulle kunne forvente en noget større modenhed og eftertænksomhed hos disse.

Men dernæst er det påfaldende, at hverken klasselærerinden eller en anden voksen, f.eks. interviewerens stoppede pigebarnet og spurgte, hvad det var for en mentalitet at lægge for dagen?