

# Velkommen til workshop 17.januar 2019

Terningen Arena - Elverum - auditorium 4

*Trenger vi kunnskap om nedtrapping av psykofarmaka?  
Hvis ja, hvilken kunnskap, for hvem?*



## program

- 09.00 Velkommen, Introduksjon til temaet og hensikt med dagen. **Jan Stensland Holte & Arild Granerud**, Høgskolen Innlandet
- 09.15 «Når hjelpen skader», - erfaringer med psykofarmaka. **Mette Ellingsdalen**, brukeraktivist
- 09.30 Bruken av psykofarmaka i dag – risiko og alternativer. **Carina Håkansson**, dr. i psykoterapi, leg. psykoterapeut, leder av (IIPDW)
- 10.00 Nedtrapping i et recovery-perspektiv, oppsummerende refleksjoner. **Ottar Næss**, professor i rådgivningsarbeid NTNU/ professor II i psykisk helsearbeid USN/NU
- 10.15 Pause**
- 10.30 «Nedtrapping av psykofarmaka – eit foreskrivarperspektiv». **Trond F Aarre**, avd.sjef Nordfjord psykiatrisenter, fagsjef Psykisk helsevern, Helse Førde
- 11.00 Noen erfaringer om nedtrapping fra en medikamentfri behandlingssenheter. **Magnus Hald**, overlege psykiater UNN
- 11.30 Oppsummerende refleksjoner fra en kliniker. **Karen M Hanssen** psykiater SI
- 11.45 Lunsj**
- 12.00 Hvordan myndiggjøre brukeren i samarbeidet om medikamentell behandling? **Trond Hatling** faglig rådgiver NAPHA
- 12.25 Bruk av psykofarmaka fra et psykoterapeutisk perspektiv. **Carina Håkansson**, dr. i psykoterapi, leg. psykoterapeut, leder av (IIPDW)
- 12.45 Oppsummerende refleksjoner fra et brukerperspektiv. **Morten Brodal** erfaringskonsulent NROP
- 13.00 Pause**
- 12.30 Hva vet vi om virkninger og riktig bruk av psykofarmaka. **Jørgen Gustav Bramness**, seniorforsker NROP
- 13.00 En oversikt over forskningsaktiviteten ved de medikamentfrie behandlingssløpene. **Elisabeth Cecilie Reiten**, psykologspesialist UNN
- 13.20 Oppsummerende refleksjoner. **Lars Lien**, professor, daglig leder NROP
- 13.30 Pause**
- 14.00 Paneldiskusjon ledet av **Ann-Mari Lofthus**, phd Høgskolen i Innlandet
- 15.00 Oppsummering og skisse av den videre prosessen. **Jan Stensland Holte & Arild Granerud**
- 15.20 **Vel hjem**

### Påmelding:

[participant.no/hogskole/psykofarmaka](http://participant.no/hogskole/psykofarmaka)

Påmeldingen er bindende.

### Pris: 300,- per deltaker

Studenter og personer med egenerfaring: kr 100,-  
Ansatte ved INN: gratis

Pris inkluderer ikke lunsj; dette kan medbringes eller kjøpes i kantina på Terningen Arena.

Kort om bakgrunnen for å utvikle studietilbudet:

## «Personorientert og trygg nedtrapping av psykofarmaka»

Vi har ulike begrunnelser for utvikling av et slikt mulig studietilbud.

Primært ligger ønsket fra et økende antall brukere om å selv få delta i beslutninger om egen medisinerings, om dette også skulle innebære å trappe ned. Dette sammenfaller med psykisk helsefeltets ønske om å inkludere bruk av psykofarmaka som en del av en integrert recoverytenkning, og betydningen av at den farmakologisk orienterte behandlingen skal kunne inngå som en «personlige medisin». Parallelt med dette har det de siste ti årene kommet fram kritisk erfarings- og forskningskunnskap om de potensielle skadevirkningene bruken av psykofarmaka kan ha for enkelte, både på kort og lang sikt. I den siste tiden er det også kommet fram kunnskap om farene ved ukritisk eller utrygg nedtrapping, og nødvendigheten av trygg nedtrapping. Kunnskap om trygg nedtrapping kan bidra til å styrke både brukere, pårørende, erfaringskonsulenter og profesjonelle i slike prosesser.

Helse- og omsorgsdepartementet sendte 16. nov 2015 ut et rundskriv til de regionale helseforetakene med krav om opprettelse av medikamentfrie behandlingstilbud innen alle helseregioner bl.a. som følge av innsatsen fra Fellesaksjonen for medisinfrie behandlingsforløp i psykiske helsetjenester.

Vi som arrangører har ikke noe ønske om å framstå som motstandere av en kunnskapsbasert og balansert bruk av psykofarmaka. Om pasienten eller foreskriver enten ønsker å redusere antall medikamenter, minimere dosen, eller ønsker å prøve helt uten medikamenter for en periode, er det en beslutning personen må ta sammen med sitt uformelle og profesjonelle nettverk innenfor en åpen og støttende ramme.

Høgskolen i Innlandet sitt fagmiljø innen Psykisk helse har bidratt i en nyskapende tradisjon, og vi ønsker nå å følge opp denne tradisjonen med å utvikle Nordens første utdanningstilbud innen trygg nedtrapping av psykofarmaka.

Dette studietilbudet søker å imøtekomme behovet for å tilføre feltet kunnskap og kompetanse innen området trygg nedtrapping. Utdanningstilbudet søker å rette seg både til pasienter/brukere (likemenn), og profesjonelle (helsepersonell og behandler/forskrivere), samtidig. Vi opplever at tiden er inne for at sentrale aktører kan utvikle kunnskap og kompetanse i langvarige og forpliktende kunnskapsdialoger innenfor rammen av transformativ læring med støtte fra digitale ressurser.

**Vi ønsker alle velkommen til en dag med konstruktive kritiske innspill!**

**Arild Granerud**  
professor i psykisk  
helsearbeid INN

**Jan Stensland Holte**  
høgskolelektor INN

**Børge Baklien**  
førsteamanuensis  
INN

**Ann-Mari Lofthus**  
høgskolelektor,  
PHD kandidat INN