

**120.000 Nordmenn har gjort tjeneste i utlandet.
Mange av dem sliter med å komme helt hjem**

◀ FORRIGE

NESTE ▶

Veteranforbundet SIOPS

Skadde i internasjonale operasjoner

[Hovedside](#)

[Utskriftsvennlig versjon](#)

Introduksjon

Dette er en informasjonspakke sendt ut av foreningen for skadde i internasjonale operasjoner SIOPS. Målet er å sette fokus på en gruppe mennesker som har fått problemer i hverdagen som en følge av å ha gjort en innsats for Norge. Disse blir alt for ofte møtt med skepsis, vrangforestillinger og får liten hjelp og støtte fra samfunnet. Mange av de skadde kvier seg for å oppsøke hjelp, og er ofte uvillige til å snakke om problemene de har.

Informasjonspakken består av en innledende tekst, en informasjonsfilm, og avsluttende informasjon. Vi anbefaler at du ser filmen før du går til den avsluttende informasjonen. Se gjerne filmen flere ganger.

FORRIGE

NESTE

▶ Spill filmen



◀ FORRIGE

NESTE ▶

Veteranforbundet SIOPS

Skadde i internasjonale operasjoner

[Hovedside](#)

[Utskriftsvennlig versjon](#)

Utfordringer

Hva er utfordringene?

Mange skadde veteraner har en høy terskel for å oppsøke helsevesenet med sine problemer. Når de tar dette skrittet er det gjerne for andre og mer overfladiske problemer. Den skadde risikerer å få feilaktig eller utilstrekkelig diagnose, med påfølgende feilbehandlinger.

FORRIGE

NESTE

Relevanse

Hvorfor er dette relevant?

Som bedriftslege eller fastlege kan du gjøre en større forskjell dersom du har kunnskap om hvordan slike problemer arter seg, og hvordan du kan følge opp pasienten på en måte som faktisk hjelper vedkommende. Her er kunnskap om symptomer og reaksjonsmønstre viktig. Det er også viktig å stille de enkle, men viktige spørsmålene på en måte som får pasienten til å åpne seg.

FORRIGE

NESTE

Hvordan kan du som medisinsk fagperson følge opp én med skjulte skader?

Står du overfor en person du tror sliter med psykiske senskader fra tjeneste i internasjonale operasjoner, er det flere ting du kan fokusere på. Det er svært viktig å identifisere problemet for å kunne hjelpe. Mange soldater har ikke tiltro til at utenforstående kan sette seg inn i deres problemer. Mange er også motvillige til å gi utfyllende opplysninger om sin tjeneste i utlandet.

Tiltak

- Unngå fraser som "jeg forstår" eller gi inntrykk av at du kan sette deg inn i pasientens tankerekke. Det kan føre til at pasienten ikke vil snakke om disse tingene (med mindre du selv har tjenestegjort i en utenlandsoperasjon og forteller vedkommende om det for å få i gang en dialog).
- Spør om lov til å hente inn det militære helsekortet til vedkommende. Husk at det er et stort spenn i alder blant soldatene, og at skader kan bli et problem lang tid etter avsluttet tjeneste.

FORRIGE

NESTE

Hva gjør du?

Spør de riktige spørsmålene, bruk denne sjekklisten:

Det beste er om vedkommende forteller selv, men ofte må du ta initiativet ved å stille enkle og relevante spørsmål:

- Har du tjenestegjort i utlandet FN/NATO? Hvor, når hvilken avdeling?
- Fortell om det. Er det noe som er vanskelig å snakke om?
- Har du mange tanker på samme tid – “tankekjør”?
- Sover du godt?
- Føler du uro eller er du på vakt når du går utendørs?
- Bruker du medisiner eller medikamenter på andre måter enn før?
- Hvor mye drikker du, på en uke? Hver dag, i helgen?
- Bli du fortere sint på de rundt deg?
- Trekker du deg unna konfrontasjoner.

FORRIGE

NESTE

Hva gjør du?

Forskjell på "normale" stridsreaksjoner og senskader.

Dette indikeres ofte ved tiden som har gått siden tjenesten ble avsluttet. For mange utvikler plagene seg gradvis over tid, og vil først gjøre seg gjeldende i forbindelse med andre hendelser. Dette kan være jobbskifte/oppsigelse, samlivsbrudd, sorg eller andre stresstopper.

Vær klar over at begrepet PTSD er under revurdering. Det betyr likevel ikke at skader utenom dette ikke krever behandling. Alle symptomer på senskader skal tas alvorlig og vedkommende følges opp. Ved mistanke om senskader kan du laste ned PTSS-10 eller tilsvarende for å kartlegge behovet for videre behandling.

FORRIGE

NESTE

Hva gjør du?

Ved behov bør pasienten henvises til DPS med en så presis identifisering som mulig. Det er viktig at pasienten følges opp i denne fasen fordi det ofte er høy terskel for å ha kontakt med helevesenet.

Du kan få ytterligere informasjon og bistand ved ditt RVTS senter (<http://www.rvts.no/>). Her kan du også få veiledning om pasienten ikke skal henvises videre, men følges opp av deg.

FORRIGE

NESTE