

LÆGEN & PRÆSTEN

Forbundethed skaber livsmod, når sjælen smerter

Har du tænkt på, at en præst kan hjælpe dig, hvis du lider af angst, depression og mangel på livsmod – i tæt samarbejde med din læge? Det var faktisk en gængs model i sundhedsvæsenet for år tilbage, men den gik i glemmebogen. Den er nu fundet og åbnet op på ny af sognepræst Lone Vesterdal og praktiserende læge Inger Uldall Juhl.

Af: Jette Warrer Knudsen / Foto: Anna Johansson

Glæden og begejstringen er massiv denne frostklare og solbeskinnede morgen i januar på sognepræst Lone Vesterdals kontor ved Bramdrup Kirke i Kolding. Hun er sammen med praktiserende læge Inger Uldall Juhl – og nu også med Helse. Vi skal tale om, hvordan det går med at få foldet deres samarbejdsmodel, Lægen & Præsten helt ud. Det handler om et perspektivrigt samarbejde, som kan gavne både patienter, sognebørn og de to faggrupper.

Få dage før Helses besøg har Lone og Inger holdt et stormøde, hvor hovedparten af de praktiserende læger og præster i Kolding-området deltog.

– Og det gik helt forrygende. Meget bedre, end vi havde turdet håbe på, fortæller Inger Uldall Juhl og slår ud med armene.

For de to faggrupper, læger og præster, har nok været tilbøjelige til at se på hinanden med en vis skepsis, selvom de faktisk kommer fra den samme stamme og tradition. I middelalderen var lægen og præsten én og samme person.

Lone Vesterdal fortæller, at stormødet faktisk blev en forløsning.

– Det stod nemlig helt klart, at åndelig omsorg er noget, som begge faggrupper kerer sig om – og så gerne vil give deres patienter og konfidenter (folk, der op søger en præst for at få sjælesorg), tilføjer hun.

Inger Uldall Juhl supplerer:

– Til stormødet sad vi sammen omkring et bord og spiste en 3-retters middag. Fortrolighed og tillid de to faggrupper imellem kom hurtigt med som længe ventede gæster. Ja, vi talte om, at det var som om, vi deltog i en sølvbryllupsfest.

En af deltagerne – en læge – sagde efterfølgende, at det at tale med en præst var som at møde en gammel ven. Og det fortæller ret meget om, hvor godt et fundament vi står på, forklarer Inger Uldall Juhl.

Fællesmængde

Samarbejdsmodellen, Lægen & Præsten, bygger på hjælp til den enkelte, når livet gør ondt – enten på grund af sygdom, livskriser eller tab af en elsket person. Ofte går vi til lægen i den situation i hå-

bet om, at denne kan lindre både de fysiske og åndelige smerter.

Og lige her er det, at et samarbejde mellem en læge og en præst kan gøre en stor forskel. Når lægen har sørget for udredningen af det lægefaglige men for nemmer, at der stadig mangler en forløsning på det åndelige, eksistentielle plan, kan denne anbefale sin patient en samtale med en præst. Hos præsten bliver patienten mødt med en anden tilgang til at kunne komme videre i livet.

– Når krisen rammer os, står vi pludselig med en rystet identitet og uden fast grund under fødderne. Det er menneskets lod at skulle fortolke sin livssituation og tage bestik af den. Men det kan være en yderst vanskelig og uoverskuelig opgave at skulle løse alene, forklarer Lone Vesterdal.

– For mig som læge er det virkelig en berigelse at kunne sende min patient videre til en præst, når jeg fornemmer, at det er det, min patient vil kunne have gavn af, supplerer Inger Uldall Juhl.

– Og for mig som præst er det afgørende, at jeg ved, at den person, jeg har over-



Kort om Lægen & Præsten

Lone Vesterdal

Født i 1967

Cand. theol samt cand. mag. i dansk, fransk og religionshistorie

Sognepræst ved Bramdrup Kirke i Kolding siden 2004

MA i sjælesorg og forfatter til flere bøger om sorg, tab og tro
Gift og mor til fire børn.

Inger Uldall Juhl

Født i 1960

Praktiserende læge i Kolding siden 1994

Underviser og kursusleder, foredragsholder og forfatter
Gift og mor til to børn.

Sammen har Inger Uldall Juhl og Lone Vesterdal skrevet bogen: "Det skrøbelige menneskeliv", som ligger til grund for deres samarbejdsmodel, Lægen & Præsten.

“

Når krisen rammer os, står vi pludselig uden identitet og grund under fødderne. Det er menneskets lod at skulle fortolke sin livssituation og tage bestik af den. Men det kan være en yderst vanskelig og uoverskuelig opgave at løse alene.

Lone Vesterdal, sognepræst.

for mig, er udredt for f.eks. depression eller hjerte-kar-sygdom, før jeg går videre, understreger Lone.

Fællesskabet

For begge er udgangspunktet forbundethed og medmenneskelighed - at vi aldrig står alene, når livet smerter. At vi formår at se hinanden og kere os om hinanden. At vi er her i verden på samme grundvilkår: At vi skal miste og dø.

- Hvis vi tager de livsvilkår på os i et fællesskab, skaber det en forbundethed, som kan føre os fortrøstningsfulde videre i livet med livsmod og glæde som fortegn, siger Lone Vesterdal og tilføjer:

- Vi er uperfekte og bliver aldrig perfekte - men vi ødelægger det for hinanden ved at fremstå som perfekte og piske os selv i en retning, som både er håbløs og skadelig. Lad os hjælpe hinanden ved at stå ved det fællesmenneskelige og ikke forfalske vores grundlæggende vilkår som mennesker.

At læger og præster har en stor fællesmængde, er de enige om:

- Der går ikke en dag, hvor jeg ikke har patienter, som er opfyldt af angst og skyld. De er knuget i deres liv og er kørt fast. Jeg tager så fat på de eksistentielle spørgsmål, når de lægefaglige er klarlagt. Og dér støder jeg ofte mod en mur. Jeg kan ikke komme længere, fordi jeg her støder på åndelige behov og manglen på et sprog eller rettere ritualer til at komme

videre. For jeg kan ikke foreslå min patient, at vi skal bede en bøn. Det forventer mine patienter bare ikke. Derimod kan jeg anbefale, at de tager en samtale med en præst. Og når det sker, kan der af og til opstå en mulighed for i fællesskab at løfte den pågældende ud af den knuende livssmerte.

Det sker, supplerer Lone Vesterdal, fordi vedkommende er blevet sat ind i en anden sammenhæng - nemlig at være en del af noget større, og det giver håb og reducerer den mentale smerte.

- Det fratager mine patienter for skyld at tale med præsten, som kan noget, jeg ikke kan, forklarer Inger Uldall Juhl.

Hun tilføjer, at præster og læger har en meget stor fællesmængde, når det handler om at være til stede for patienter og konfidenter. Lone Vesterdal nikker og tilføjer:

- Et ord som compassion (medfølelse, red.) har vundet indpas i sundhedsvæsenet, og det viser jo klart, at der er en sammenhæng mellem det, som teologien kan, og det som lægevidenskaben kan. Ved at gå fra lægens rum eller konsultation til mit kontor ved kirken kan den enkelte komme ned i en dybere sammenhæng i forståelsen af, hvad det vi sige at være sat i verden som menneske og dermed med de vilkår, der følger med. Glæde og smerte. Lys og mørke, siger Lone Vesterdal.

- Når folk bliver ramt af sygdom, falder de ud af sammenhængen i deres liv.



De bliver så at sige ude af sig selv. Derfor kan nogle ende i en alvorlig depression, og derfor er det vigtigt for mig at kende til depressionens karakteristika og mønstre, og det er lige præcis den hjælp, jeg får af en læge. Jeg bliver bedre til at spotte, når det er rigtigst at sende min konfident videre til lægen. Vi har jo fået en diagnose, der hedder kompliceret sorg, og den tilstand må ikke overses, forklarer Lone Vesterdal. Omvendt kan Inger Uldall Juhl vejlede sine patienter bedre i livskriser

“

Det fratager mine patienter for skyld at tale med præsten, som kan noget, jeg ikke kan.

Inger Uldall Juhl, praktiserende læge.

via den teologiske indsigt, hun får i sit samarbejde med en præst:

- Præster er værenspersoner, og vi læger er meget resultatorienteret. Ved at give folk det bedste fra begge sider hjælper vi dem med at komme hjem til sig selv - til at kunne klare livet bedre. Det sker ved det, vi kalder resonans - at blive set og kaldet på. Det er et meget væsentligt element i samarbejdet mellem læger og præster, understreger Inger Uldall Juhl.

Dybere forståelse

Lige siden hun og Inger Uldall Juhl for en del år siden lærte hinanden at kende via en fælles familierelation, har de talt om, hvor meget de kunne have ud af et samarbejde deres respektive professioner imellem. Det førte for et par år siden til en fælles bog - Det skrøbelige menneskeliv, hvor de to gik i dybden med de emner, som de begge brænder for i deres respektive arbejde. Siden blev det til projektet, Lægen & Præsten, som både



6 områder, hvor læger og præster kan lære af hinanden

I deres bog, 'Det skrøbelige menneskeliv', beskriver Lone Vesterdal og Inger Uldall Juhl seks eksistentielle områder, hvor både læger og præster kan lære af hinanden, og som også er til gavn for patienten – eller »konfidenten«, som det hedder, når man henvender sig til en præst for at få en sjælesorgssamtale:

Sygdom og magtesløshed

Stress og selvforståelse

Angst og frygt

Aldring og tab

Død og sorg

Skyld og tilgivelse.

Lægeforeningen og Præsteforeningen bakker op om og har sat gang i en knop-skydning på landsplan, samtidig med at Inger og Lone arbejder videre på lokalt plan – dvs. i Kolding-området - med at udvikle netværket mellem læger og præster. Den tværfaglige relation mellem læger og præster indenfor eksistentiel og åndelig omsorg er også blevet en del af et forskningsprojekt i regi af Syddansk Universitet.

– Ved netop at blive en del af et forskningsprojekt tror jeg, at det nok skal lykkes at folde Lægen & Præsten helt ud. Også når det handler om at hjælpe læger og præster, der er på kanten af udbrændthed.

Begge er enige om, at modellen, Lægen & Præsten, kan være med til at løse den helt store byrde i det danske sundhedsvæsen – nemlig ulighed i sundhed.

– Netop fordi vi møder den enkelte på en meget bredere platform - og dermed

er med til at omdefinere, hvad sygdom er ved også at se problemerne fra en åndelig, eksistentiel vinkel, er vi med til at lette presset på både sundhedsvæsen og det enkelte menneske, siger Lone Vesterdal.

Det offentlige kan spare mange ressourcer, når vi forebygger, at åndelig smerte kan sætte sig som kroniske sygdomme. Ikke at sparede penge er et udgangspunkt for os. Men det er nu engang sådan, at det er ad den vej, vi kommer længst med det offentlige, siger Lone Vesterdal.

Planen er, at Lægen & Præsten, der indtil videre tæller syv læger og seks sognepræster i Kolding-netværket, skal munde ud i en manual, som skal være udgangspunkt og danne rammen for netværk mellem læger og præster over hele landet. ©