
Psykisk helsehjelp i Ukraina

LEDER

LARS LIEN

lars.lien@sykehuset-innlandet.no

Lars Lien er spesialist i samfunnsmedisin og i psykiatri, leder av Norsk psykiatrisk forening og styremedlem i European Psychiatric Association. Han er engasjert i global mental helse med flere studier fra Sudan, Namibia og Nepal. Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

ANN FÆRDEN

Ann Færden er spesialist i psykiatri, overlege og medlem i Norsk psykiatrisk forenings utvalg for transkulturell og global mental helse. Hun er engasjert i samarbeidet med Armenia, Georgia og tidligere Russland. Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir følgende interessekonflikter: Hun har mottatt midler fra Universitetet i Oslo for å tilrettelegge samarbeidet med Ukraina.

Etter ett år med krig i Ukraina har millioner flyktet og nærmere 80 % av befolkningen angir å ha psykiske plager.

Før krigen startet 24. februar 2022 hadde Ukraina en befolkning på 41,0 millioner. Så langt er 14,4 millioner på flukt, hvorav 6,5 millioner er internt fordrevne og 7,9 millioner har flyktet fra landet for å finne beskyttelse. De fleste er kvinner med barn. Kvinner og ungdom som flykter alene, risikerer å bli ofre for seksuell utnyttelse. Krigen påvirker skolegangen for millioner av barn (1). Svært få menn har kunnet reise ut av landet etter at krigen startet.

Ukraina hadde ca. 4 000 psykiatere da krigen brøt ut. I dag, etter at mennene er sendt i krigen og kvinnene har flyktet, tror de selv at antallet er halvert. Kolleger i Ukraina beskriver en helsetjeneste som i stor grad har vært preget av en russisk psykiatrimodell, med store institusjoner, hovedvekt på sykehusbehandling og få polikliniske tilbud. Men krigen gjør at de nå tenker nytt, og leger og annet helsepersonell er allerede i gang med planer for hvordan tjenestetilbudet for psykisk helsehjelp bør endres når landet skal bygges opp igjen. Den ukrainske psykiaterforeningen er en aktiv pådriver og ønsker støtte fra andre europeiske foreninger i dette arbeidet.

De uheldige konsekvensene for den psykiske helsen hos unge mennesker som lever nær frontlinjen i Ukraina, er allerede godt dokumentert (2). Psykiatere og andre helsearbeidere i landet har i løpet av det første krigsåret sørget for flere nødvendige tilpasninger. Siden krigsutbruddet har det blitt laget opplysningskampanjer om de vanligste mentale reaksjonene på krig, der befolkningen får hjelp til å gjenkjenne symptomer med fokus på selvhjelp. Det første webinarer om hvordan gi mental støtte til hjelpepersonell ved frontlinjen gikk på lufta allerede dager etter invasjonen. Helsepersonell bemanner i tillegg døgnåpne hjelpetelefoner for vanlige psykiske plager (3).

Det var 61 psykiatriske sykehus i Ukraina før krigen. Ti av disse har blitt ødelagt, hvorav seks er totalt nedbombet. Ukrainske kollegaer gjør en heltedmodig innsats, og hundrevis av innlagte pasienter fra institusjoner øst i landet har blitt flyttet til tryggere steder i vest (4). Den store utfordringen med å drive psykiatrisk arbeid under en krig er at årsaken til folks plager er pågående. Videre er pasienters sosiale støttesystemer ødelagt, hjem ligger i ruiner og familier er splittet, jobber forsvinner og skoler er ofte ødelagte eller mangler lærere. Den ukrainske infrastrukturen, spesielt energisystemer og tilgang til internett, gjør arbeidet ekstra utfordrende.

«Befolkningens mentale helse er sterkt påvirket av krigen, og ifølge myndighetene sliter 80 % med psykiske plager»

Norsk psykiatrisk forening har lang tradisjon for internasjonalt samarbeid og har bistått den ukrainske søsterforeningen siden sommeren 2022. Sammen med Universitetet i Oslo møtte vi den ukrainske psykiaterforeningen på deres årskonferanse i Warszawa, som sammenfalt med ettårsdagen for krigen. Her bidro vår forening med veiledning og foredrag for yngre forskere. De norske psykiatere så en ukuelig optimisme hos disse unge kollegene, men observerte samtidig en undring over hvorfor man skal forske for framtiden når landet deres bombarderes sønder og sammen. I videre samtaler kom vi fram til en felles forståelse av viktigheten av å opprettholde en normalitet som peker framover, og at det er nødvendig å dokumentere krigens virkninger på befolkningens psykiske helse.

På årskonferansen i Warszawa deltok 120 psykiatere fra Ukraina fysisk og over 300 digitalt. Selve reisen var utrygg, og deltakerne brukte over syv timer på buss for å komme fram. Det var bare kvinner som deltok fra Ukraina, da menn fortsatt ikke får forlate landet. Under møtet kom det fram hvordan befolkningens mentale helse er sterkt påvirket av krigen, og ifølge myndighetene sliter 80 % med psykiske plager.

Framover vil vi bygge videre på samarbeidet med den ukrainske psykiaterforeningen gjennom invitasjoner til hverandres årsmøter og veiledning og oppfølging av de unge forskerne. Det er også viktig for vår forening å bistå flyktninger fra Ukraina som kommer til Norge. Vi ønsker særlig å komme i kontakt med psykiatere fra Ukraina som enten har bodd her en tid eller som nylig er kommet som flyktninger, og som kan bruke både egen fagkompetanse og personlige erfaringer til å hjelpe flyktninger fra eget land.

Ukrainerne reiste tilbake til landet sitt med alt det innebærer av angst, frykt, tristhet og sorg, men også en utrolig evne til å se noe godt i alt som skjer. Ukrainske psykiatere bærer med seg mot og håp om oppbygging og muligheter for fornyelse den dagen landet er fritt. Fra vår side ligger det en takknemlighet i å prøve å bidra med noe i denne meningsløse krigen.

REFERENCES

1. Bulgaria UNICEF. 11 months of war in Ukraine have disrupted education for more than 5 million children Bulgaria. <https://www.unicef.org/bulgaria/en/press-releases/11-months-war-ukraine-have-disrupted-education-more-5-million-children-unicef> Lest 16.3.2023.
2. Osokina O, Silwal S, Bohdanova T et al. Impact of the Russian Invasion on Mental Health of Adolescents in Ukraine. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* 2023; 62: 335–43. [PubMed][CrossRef]
3. Pinchuk I, Goto R, Pimenova N et al. Mental health of helpline staff in Ukraine during the 2022 Russian invasion. *Eur Psychiatry* 2022; 65: e45. [PubMed][CrossRef]
4. Goto R, Pinchuk I, Kolodezhny O et al. Mental health services in Ukraine during the early phases of the 2022 Russian invasion. *Br J Psychiatry* 2023; 222: 82–7. [PubMed][CrossRef]

Publisert: 30. mars 2023. Tidsskr Nor Lægeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.23.0205

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 14. juli 2026.