



MORTEN SAKSØ

FÖRELÄSNING FÖR RIKSDAGEN



Sedan 2014 är psykisk ohälsa den vanligaste sjukskrivningsorsaken i Sverige. I de flesta fall handlar det om en stressrelaterad orsak. I en rapport från riksrevisionen från den 11 juni 2019 framgår det att kvinnor med diagnosen psykisk ohälsa blir sjukskrivna i en betydligt högre grad än män med samma diagnos. Riksrevisionens granskning visar att kvinnor sjukskrivs 30 procent mer än vad män gör. Idag drabbas var fjärde person av någon form av någon form av depression så allvarlig att den kräver behandling. Statistisk visar också att det, i Sverige, begås 1268 självmord om året och troligen en del av dessa på grund av just denna diagnos. Det är cirka 3 självmord om dagen och det är männen som står för två tredjedelar av dessa självmord.

Morten Saksø, från Åhus, är läkaren som våren 2016 drabbades av utmattningssyndrom och idag försöker ge en bild av sin erfarenhet av hur han blev sjuk och hur han gjort för att ta sig tillbaka. Under en frukostföreläsning i riksdagshuset berättar han sin historia och han gör det inför en skara riksdagsledamöter som sakta men säkert tar in mer och mer av vad han säger. Deltagarna, som blivit inbjudna av riksdagsledamot Maria Malmer Stenergard från Åhus, är till en större del kvinnor, vilket bekräftar att det är just så som Morten bland annat



berättar om, att män verkar ha svårare att prata om psykisk ohälsa. När Morten berättat om hur han blev sjuk och vilka svårigheter han ställts inför när det gäller såväl rehabilitering som kontakten med Försäkringskassan har han fått alla i rummet att lägga ner sina mobiler och nicka förstående. Strax efter pratar han om ett av de problem som han tror är en av orsakerna och det är den digitala utvecklingen.

- Dagens ungdomar använder sin telefon i snitt 4 timmar om dagen. Det innebär att en människa, som under sin livstid, använder sin mobil i 60 år, lägger 10 år av sitt liv på telefonen, säger han.

Morten, som dagen innan även föreläst på en stor läkarkongress om just psykisk ohälsa, får allas uppmärksamhet och det är tydligt att alla är medvetna om de samhällsproblem vi står inför när det gäller denna sjukdomen.

- Psykisk ohälsa är ett samhällsproblem och ett ämne som det pratas mycket om. Vi är också medvetna om att det troligen finns ett väldigt stort mörkertal då många män inte söker

hjälp i samma utsträckning som kvinnor, menar Maria Malmer Stenergard.

Att han som själv är man och läkare berättar om sina erfarenheter och svårigheter på resans gång, varvat med fakta gör honom enormt trovärdig. Efter föreläsningen får han flera följdfrågor från åhörarna, bland annat om han har några konkreta tips på hur man ändrar Försäkringskassan syn.

Under 45 minuter fångade Morten politikernas uppmärksamhet och belyste dem ytterligare om ett skenande samhällsproblem.

- Tack för att vi har fått höra din personliga historia. Den väcker verkligen tankar och jag tror att det är många i detta rummet som kan relatera till detta, säger Rikard Larsson som är vice ordförande i Socialförsäkringsutskottet.

” Ett mycket angeläget och viktigt ämne. Tack Morten för dina kloka ord, skriver Marie-Louise Hänel Sandström på sin Facebook, efter att ha lyssnat på Morten.”

Jag tror att det är
många i detta rummet
som kan relatera till detta

MORTEN OM ATT FÖRELÄSA I SVERIGES RIKSDAG

Att jag plötsligt skulle föreläsa i Riksdagen kändes helt överkligt. Varför skulle Sveriges politiker vilja lyssna på mig? Jag är otroligt stolt över att jag och min familj har tagit oss igenom en rejäl livskris och samtidigt kommit starkare ut på den andra sidan. Att jag nu fått möjligheten att berätta om mina erfarenheter och lärdomar för runt 30 riksdagsledamöter, samt 70 personer i Svenska Läkaresällskapet dagen innan, ger väldigt mycket mening för mig. Meningsfullt för att jag kanske kan bidra till att andra inte hämnar i den situation, jag själv har varit i.

Att gå runt i Riksdagen gjorde mig lite "Star-Struck" – så mycket historia i väggarna och en fantastisk fin byggnad. Att föreläsa i Riksdagen kändes till en början lite nervöst. Men riksdagsledamöter är också vanliga människor, som upplever stress och problem med psykisk ohälsa som alla vi andra. Så att föreläsa för dem kändes snabbt väldigt bra och det är en upplevelse som jag vill få komma ihåg resten av mitt liv.