

Punglyndi og vanlíðan meðal bænda

Vanræksla búfjár, lítil starfsánægja, þreyta, frestunarárátta og sektarkennd getur snúist upp í mannlegan harmleik

Í blöðum um landbúnað í nálægum löndum er öðru hvoru fjallað um vanhíróu á búfé sem tengist punglyndi bænda. Það er fljótt að halla á ógæfuhliðina ef búverkin sitja á hakanum en oft eru minnstu hindranir sem ókleif fjöll fyrir punglynda einstaklinga.

Greint hefur verið frá því að starfsmenn þjónustugreina landbúnaðarins í Bretlandi, sem eiga erindi á sveitabæi, svo sem ráðunautar, dýralæknar og frjóvæknar, hafa farið á námskeið þar sem þeim er leiðbeint um að greina hvort bóndinn sé með einkenni um vanlíðan. Því miður reynist ekki alltaf unnt að gripa til aðgerða áður en í öðfni fer því að mannlegir harmleikir eins og sjálfsvíg eru vel þekkirt hjá bændum.

Í Danmörku hyggst matvæla- og

landbúnaðarráðuneytið stofna til sínþjónustu fyrir bændur sem eru í vanda staddir. Tilgangur hennar er að koma í veg fyrir að persónuleg vandamál leiði til vanrækslu í búfjárhirðingu en einnig að bjóða upp á ráð, bráðahjálp og leiðbeiningar fyrir þá sem verða fyrir áföllum.

Hugrakkur sauðfjárbóndi í Noregi

Á aðalfundi Norsku bændasamtakanna (Norges Bondelag), fyrr á þessu ári fór bóndi að nafni Karstein Bergset í ræðustól og sagði frá hremmingum sínum, en hann veiktist af punglyndi og var ofær um að sinna búi sínu. Frásögn hans vakti mikla athygli á fundinum en meðal viðstaddra var þáverandi landbúnaðarráðgjafi Noregs, Terje Riis-Johansen. Það mátti heyra

samunál detta eftir ræðu bóndans en ráðgjafinn sagði í ræðu sinni að hann hygðist heimsækja Karstein og sjá vettvang þess sem þar gerðist, jafnframt því að hitta þar vinina sem gripu inn í þegar mest á reið. Jafnframt upplýsti ráðgjafinn á fundinum að hann hefði farið lönd og strönd til að kynna nýtt lagafrumvarp um dýraværnd. Hann tók undir það með Karstein Bergset að bak við hvert tilfelli um vanhíróu á búfé væri mannlegur harmleikur. Hér á opnunni er endursagt viðtal norska blaðsins Nationen við sauðfjárbóndann Karstein Bergset sem af miklu hugrekki sagði sögu sína frammi fyrir stéttarbræðrum sínum.

Punglyndi bænda á Íslandi

Hérlandis er vítað til þess að persónuleg vandamál bænda, eins og

punglyndi, hafi leitt til vanrækslu á búfé og jafnvel sjálfsvíga. Ýmislegt bendir jafnvel til að vandamál tengd geðröskunum séu ekkert síður nálæg nú á tímum en áður. Meðan byggðar jarðir voru fleiri en nú og fjölmennara á bæjum þá voru samskipti meiri en nú og meiri hjálp var að vænta af umhverfinu. Einbúum hefur fjölgað en einnig er meira um að bændur séu einir við störf sín en annað heimilisfólk í vinnu eða skóla utan heimilis. Þá eru dæmi um að afkoma bænda hafi versnað, skuldir aukist og erfitt hefur verið að standa í skilum við fyrirtæki og lánastofnir. Hérlandis er engin þjónusta sérsníðin að bændum sem eiga við punglyndi að stríða en fólk með geðraskanir bjóðast ýmsar leiðir í heilbrigðiskerfinu.

Hvert er hægt að leita?

Á vefnum doktor.is má afla sér upplýsinga um punglyndi en þar kemur m.a. fram að 20% kvenna og á bilinu 7-12% karla þurfi einhvern tímann á lífsleiðinni að leita sér lækninga vegna punglyndiseinkenna. Helstu einkenni eru m.a. talin minni áhugi eða gleði við venjuleg störf og skemmtun, minni eða aukinn svefn og matarlost, orkuleysi, sektarkennd og þreyta. Ráðlagt er að leita til læknis ef veikinda verður vart en greining fer fram með viðtali og skoðun. Möguleikarnir á að læknað af punglyndi eru góðir og meðferð, s.s. lyfja- eða samtalsmeðferð, stýttir sjúkdómstímabíl og getur dregið úr einkennum.

-TB/ME

Vinirnir björguðu lífi mínu – og bústofnsins

Pungbúinn haustdag í nóvember 2006 leit norskur kunningi inn til nágranna síns fyrir tilviljun. Utan við húsið var póstkassinn, fullur af ógreiddum reikningum. Bóndinn, Karstein Bergset, 38 ára, lá í rúminu og var svo þreyttur og dapur að hann hafði varla þrek til að fara á fætur og enn síður til að ganga til starfa sinna. Mánuðina á undan hafði hann verið á niðurlæti, hann hafði ýtt öllum verkum á undan sér og frestað þeim þangað til einhvern tímann. Seinna. Líka gegningunum.

Daginn, sem kunninginn kom, lá ein er dauð í fjárhúsumum af hungri og þorsta. Annað fé, alls 230 kindur, var horað og ræfilslegt. Fjárhúsin voru skitug og illa umgengin. En með hjálp þriggja góðra vina, heilbrigðiskerfis, sem stóð sig vel, og skilningsríks banka, komst saga hans á forsiðu dagblaðsins Nationen, líka vegna þess að hún endaði vel.

Á aðalfundi Norsku bændasam-



Norski sauðfjárbóndinn Karstein Bergset stóð upp og sagði sögu sína á aðalfundi Norsku bændasamtakanna. Hann var illa haldinn af punglyndi og vanrækti bústörfín í kjölfarið. Mynd: Jon Lundell.

takanna í júní 2008 fór Karstein Bergset í ræðustól og sagði sögu sína. Sjaldan hefur verið eins hljótt í fundarsal samtakanna eins og undir þeirri frásögn, aðeins heyrð-

ist stöku snökt og tár saust renna niður kinnar. Að frásögn lokinni var andartaks þögn en síðan risu fundarmenn úr sætum og klöppuðu lengi.

„Þetta var erfiðara en ég bjóst við en það var þess virði,“ segir hann við blaðamann.

En hvers vegna lagðir þú það á þig að segja sögu þína?

„Ég teygði spottann þangað til hann slitnaði. Mig langar til að hjálpa öðrum til að komast hjá því að lenda í því sama og ég. Ég kem fram í von um að fækka svona sorgarsögum. Ég á skuld að gjalda, og ég er að reyna að gera það með þessu. Þar fyrir utan tel ég að Matvælaeftirlitið þurfi að bregðast við málum sem þessum á annan hátt en nú er gert,“ segir Karstein og leggur áherslu á að það sé til von og vandamál með vanhíróu á búfé sé hægt fyrirbyggja á allt annan hátt en nú er reynt að gera. Í tilfelli hans voru það þrír skynsamir vinir sem létu sig hann varða.

Búskaparsaga Karstein Bergset

Karstein tók við búi af föður sínum árið 2003. Hann hafði alltaf langað til að verða bóndi frá því hann ólst upp á jörðinni í faðmi

fjölskyldunnar. Hann ákvað að hætta í starfi sem ljósaðhönnuður hjá Leiklistarskólanum í Ósló og flytja á æskulóðirnar til þess að reka „besta fjárbú“ í Noregi.

En til þess þurfti að stofna til fjárfestinga og endurnýja vélakostinn sem var kominn til ára sinna. „Strax árið 2006 sló í bakseglin, ekki út af neinu sérstöku, heldur lagðist margt á eitt. Vinnuálagið varð of mikið og fjárhagurinn versnaði jafnt og þétt. Að lokum hafði ég ekki þrek til að sækja póstiinn í póstkassann.“

Þú varst kominn í mikil vanskil?

„Já, ég var kominn í hringið þar sem allt átti að gerast á morgun, en svo tók eitt við af öðru og heimurinn hrundi fyrir augum mínum. Hann lýsir því hvernig hann gafst upp fyrir eigin vantingum, hann sá ekki eigin takmarkanir og gat ekki leitað hjálpar. En lét eins og allt væri í lagi. Hið versta var, seð eftir á, að ég horfði upp á féð án föðurs og vatns, og sagði við sjálfan mig: Ég geri þetta á morgun. Og

Algengi geðraskana hjá bændum svipað og annarra stétta

- ákveðin merki um að bændur leiti síður meðferðar

Árið 1999 birtist hér í Bændablaðinu grein eftir Sólrúnu Ólafsdóttur bónda á Kirkjubæjarklaustri sem fjallaði um punglyndi meðal bænda. Greinin vakti mikil viðbrögð á sínum tíma en í henni komu fram áhyggjur af því að punglyndi færist í aukana í íslenskum sveitum. Um ástæður aukins punglyndis hjá bændum taldi Sólrún m.a. til stóruakið vinnuálag, fjárhagsáhyggjur, neikvæða umræðu um landbúnað og áhyggjur af tíðarfari. Hún sagði marga bændur í tilvistarkreppu og sífelldur niðurskurður og fólksfækkun kæmi illa við þeirra störf og sálarlíf.

Rannsókn á geðröskunum meðal bænda

Sólrún Ólafsdóttir, sem á þessum tíma sat í stjórn Bændasamtakanna og fylgdi málinu eftir á þeim vettvangi, hvatti yfirvöld, landlækni og stjórn BÍ til að taka á málinu. Óhætt er að segja að umræða um punglyndi meðal bænda hafi

orðið sýnilegri en áður eftir greinarskrif Sólrúnar. Skömmu eftir birtingu greinarinnar fjallaði stjórn Bændasamtakanna um málið og í kjölfarið var haft samband við landlækni sem benti m.a. á Kristín Tómasson, lækni hjá Vinnueftirlitinu, sem hafði mikinn áhuga á málinu. Haft var eftir Kristíni í fundargerð Bændasamtakanna árið 2002 að menn hefðu ekkert fyrir sér nema tilfinningu að geðraskanir eins og punglyndi væru algengari meðal bænda en annarra starfsstétta. Með það í huga væri nauðsynlegt að rannsaka málið nánar með skoðanakönnun á heilsu og vinnuumhverfi bænda.

Íslenskir bændur tregir til að leita sér meðferðar

Árið 2003 var ráðist í að gera umrædda rannsókn á heilsufæri bænda og voru niðurstöðurnar kynntar á síðasta Fræðingir landbúnaðarins sem haldið var

7.-8. febrúar sl. en umfjöllun um málið er aðgengileg á landbúnaður.is. Stórum hluta íslenskra bænda var sendur spurningalisti og til samanburðar fengu 1.500 manns sama lista til útfyllingar. Sérstaklega var lögð áhersla á að rannsaka geðheilsu en einnig var spurt um aðra heilsufarslega þætti. Niðurstöðurnar voru í stuttu máli þær að tíðni geðraskana virtist svipuð meðal bænda og hjá öðrum stéttum þjóðfélagsins. Hins vegar væru ákveðin merki um að bændur leituðu síður meðferðar vegna geðraskana en aðrir. Ástæðurnar eru ekki kunnar en trúlega margþættar. Margir bændur eiga um langan veg að fara til að komast til sérfræðinga og láta það hindra sig. Þá telja vafalaust margir sig ekki eiga heimangengt vegna bústarfa og fámennis á bænum. Læknaskortur og örar breytingar í lækniþjónustu gætu einnig haft sín áhrif.

-TB





Winston Churchill, fyrrum forsætisráðherra Bretlands, líkti þunglyndi við svartan hund sem fylgdi sér. Þó þunglyndi sé erfiður og flókinn sjúkdómur eru batavonir góðar ef brugðist er við á réttan hátt. Íslenskir bændur eru ekki líklegri en aðrir til að þjást af þunglyndi en þeir eru tregari til að leita sér meðferðar en aðrir samkvæmt rannsóknunum.

svo drapst fyrsta ærin en einmitt þann dag barst björgunin.“

Einn dag kom vinur Karstein í heimsókn og leit inn í fjárhúsin. „Sem betur fer brást hann við á jákvæðan hátt og sagði: Ég skal hjálpa þér með þetta. Skömmu síðar komu tveir aðrir vinir mínir til sögunnar. Þeir bjuggu til stundaskrá fyrir mig og gættu þess að henni væri fylgt. Þeir höfðu samband við bankann og bókhaldsskrifstofuna og komu mér til læknis og sálfræðings, þeir komu mér aftur í gang,“ segir Karstein.

„Þeir unnu ekki verkin fyrir mig, þau varð ég sjálfur að sjá um. En þeir létu af mér þyngstu byrði, sem ég hef borið, með því að þeir stjórnuðu mér. Ég bara vann þangað til ég gat ekki meira og fór í rúmið og sofnaði. Eftir viku sá ég að féð var farið að braggast. Það er það frábæra við féð, það gefur svo skýr skilaboð og það bjargaðist allt nema ein kind.“

Héraðslæknirinn sendi Karstein til sálfræðings og þar var hann í þrjá daga. Karstein segir að hann væri ekki hér í dag nema fyrir það og þakkar heilbrigðiskerfinu fyrir góða frammistöðu.

„Bankinn og bókhaldarinn gerðu greiðsluáætlun og komu því í kring að ég fékk að taka út föðurbæti sem ég þurfti á að halda hjá Felleskjöpet [kaupféluginu].“

En tilkynntu vinir þínir mál þitt til hins opinbera?

„Nei, þeir gátu það ekki, þá hefði Matvælaeftirlitið, sem fer með dýravemdarmál, aflífað fjölda fjár og sent annað í sláturhús. Þá hefði ég staðið á sviðinni jörð.“

Samhjálpin skiptir sköpum

Hugmyndin um afskekktan bæ þar sem býr sérvitringur á ekki við hér. Frá bæ Karsteins eru um 100 metrar til næstu verslana. Hann er tiltölulega ungur að árum, vel menntaður og nýtur trausts, situr m.a. í stjórn búnaðarfélags hreppsins. Hann veit hvað hann vill og á auðvelt með að tjá sig. Utanfrá sást ekki neitt.

En hvað er til ráða? Lögbundið opinbert eftirlit dugði ekki í þetta skipti. Það voru hins vegar góðir grannar og vinir sem komu til bjargar, einnig af því að þeir ákváðu að hjálpa honum sjálfir.

(Nationen 18.06.08, þýtt og endursagt af ME og TB).

Mál Karsteins Bergsets

Viðbrögð Norsku bændasamtakanna

Aðalfundur Norsku bændasamtakanna, (Norges Bondelag), 2008 samþykkti eftirfarandi ályktun um dýravernð í framhaldi af frásögn Karstein Bergset:

„Aðalfundinum er ljóst að mörg tilfelli um vanrækslu á búfé hafa komið upp í norskum landbúnaði á síðari árum. Við það verður ekki unað og taka verður á því máli af festu.

Fundurinn beinir því til stjórnar samtakanna að hafa frumkvæði um að stofna vinnuhóp með fulltrúum stofnana landbúnaðarins og hins opinbera þar sem leitað verði svara við eftirfarandi spurningum:

- Hverjar eru ástæður þess að mál sem þessi koma upp?
- Hvað veldur því að þau uppgötvast ekki fyrr?
- Hvaða leiðir eru til að hindra að þau komi upp í framtíðinni?

- Hvernig á að bregðast við þegar þau koma upp?

Þegar hefur verið stofnaður vinnuhópur til að fjalla um málið. Formaður hans er Einar Vatle, starfsmaður fylkisdeildar Norsku bændasamtakanna í Heiðmörk og Oppland, þar sem mál Karsteins Bergsets kom upp.

Atriði varðandi vanrækslu búfjár í Noregi síðustu ár

- Matvælaeftirlitið skráði 25 tilvik um vanrækslu árið 2007 en árin 2005 og 2006 voru þau 40 hvort ár.

Í uppkasti að nýjum lögum um dýravernð er ákvæði um að skylda sé að tilkynna um vanhirðu og vonða meðferð á búfé. Hins vegar er ekki skylda að stofna opinberar dýravernðarnefndir.