

i nya pillerfällan



receptet på sömnmedel. Man löser inte problemen genom att söva barn på nätterna" säger Emilis mamma Maria. Bilden är arrangerad och barnen på bilden har inget samband med artikeln. Foto: IDA BERGSTEN

Läkarna ville ge Marias baby sömnmedel: "Jag är glad att jag sa nej"

Som spädbarn åt Emil dåligt, och han vaknade ofta om nätterna – ibland upp till 17 gånger på en natt.

Då ville läkarna ge honom sömnmedel.
– I dag är jag glad att jag inte hämtade ut receptet, säger hans mamma Maria, 31.

Emil är i dag en glad och trygg femåring, som går på dagis, äter bra och sover gott.

Men vägen dit har varit krokig.

Problemen började vid två månaders ålder. Maria berättar att hennes bröstmjölk sinade på grund av stress. Emil hamnade i en ond cirkel. Han ville inte äta, och sov aldrig några längre sammanhängande perioder.

Var nära att säga ja

Flera läkarbesök följde. Allergier utreddes, och vållingsorter byttes ut. Men problemen kvarstod. Maria blev allt tröttare och oroligare.

– En gång åkte vi till barn-akuten i Uppsala, där vi fick träffa en psykolog.

– De rekommenderade sömtabletter till Emil. Jag var så nära att säga ja, för jag var så trött. Men samtidigt visste jag att jag skulle ha fått ångest efteråt.

– De rädde mig också att låta honom ligga kvar i spjällängan när han skrek under tre nätter för att han skulle vänja sig.

– Men för mig hade det varit som tortyr.

Hade hon sovit dåligt så här pass länge, kunde hon i så fall lika gärna fortsätta med det, resonerade Maria.

Vändningen kom när hon fick kontakt med Blomstra i Enköping, en dagverksamhet som socialtjänsten driver för föräldrar och barn.

Fick avlastning

– De hjälpte mig enormt mycket, och jag fick träffa andra i samma situation.

På Blomstra fick Maria också avlastning.

– De kunde ta en promenad med Emil så att jag fick vila i en timme. Det var en tung börda som föll från mina axlar.

Via Blomsta kom Maria också i kontakt med Rolf Karlsson, specialist i barn- och ungdomspsykiatri.

Han gav rådet att låta Emil

Så många recept skrivs ut till våra barn

Användning av lugnande medel

Antal recept per 1 000 invånare i åldersgruppen år 2005



Användning av sömnmedel/lugnande medel

Antal recept per 1 000 invånare i åldersgruppen år 2005



Användning av anti-depressiva medel

Antal recept per 1 000 invånare i åldersgruppen år 2005



Källa: Apoteket

sova hos henne, för att han skulle få den närhet han behövde.

– Det tog sin tid, men sedan började han sova bättre. Han vaknade till några gånger, kände efter att jag var där och somnade om.

Sedan ett par år sover Emil i egen säng, nätterna igenom.

– I början låg hans pappa på en madrass bredvid.

Men så en dag sa Emil "ni behöver inte komma hit". Då minades jag läkarens ord: "När man känner sig trygg kommer man att säga hejdå till er".

Skaffade ett barn till

I dag är Maria lycklig mamma också till Emilis lillasyster.

– Jag som hade svurit på att inte skaffa fler barn.

– Men den här gången var det helt annorlunda. Vi har haft det harmoniskt i vår familj.

FOTNOT: Emil och Maria heter egentligen något annat.

Victoria Engvist

victoria.engvist@expressen.se

Lena Lindehag

lena.lindehag@expressen.se

Läkemedlen ökade med 213 % åren 1996–2001

■ Från 1996 till 2001 ökade antalet recept på antidepressiva läkemedel till barn mellan 10 och 14 år med 213 procent. På senare år har användningen minskat något.

Dock syns en tydlig ökning av användningen av sömnmedel och lugnande medel bland de äldre barnen.

► För 15–19-åringarna ökade antalet recept på sömnmedel/lugnande medel med 29 procent 2003–2005.

► Under samma period och för samma åldersgrupp ökade antalet recept på de läkemedel som klassas som renodlat lugnande med 24 procent.

Råd: Så kan du som vuxen hjälpa

Kämpa för att först och främst få en bra samtalskontakt till barnet.

Bedömer läkare att barnet dessutom behöver psykofarmaka – se till att samtalskon-takten ändå fortsätter.

Källa: Eva Waltré, psykolog på Bris.