

# Mande-sensitiv kommunikation i sundhedsvæsenet

Svend Aage Madsen  
Rigshospitalet, København

## Hvorfor skal man nu være 'mande-sensitiv'?

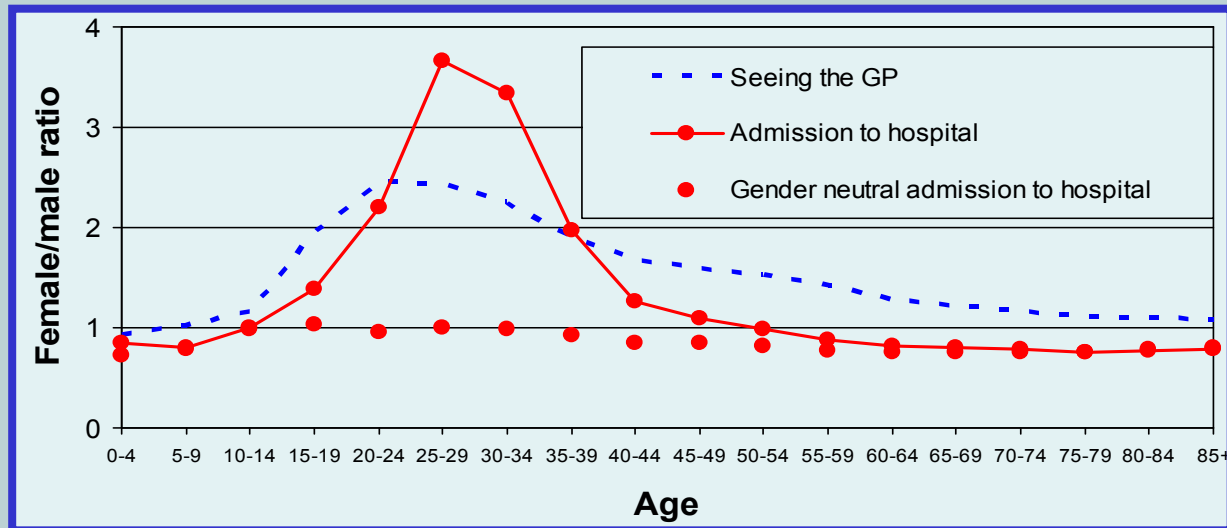
- Er der særlige 'mandlige' holdninger til sygdom, behandling og medicin?
- Reagerer mænd på særlige måder på sygdom?- særlige krisereaktioner?
- Passer mænd deres behandling anderledes?

## Tre områder:

1. Den syge mand
2. Den tykke/overvægtige mand
3. Den depressive mand

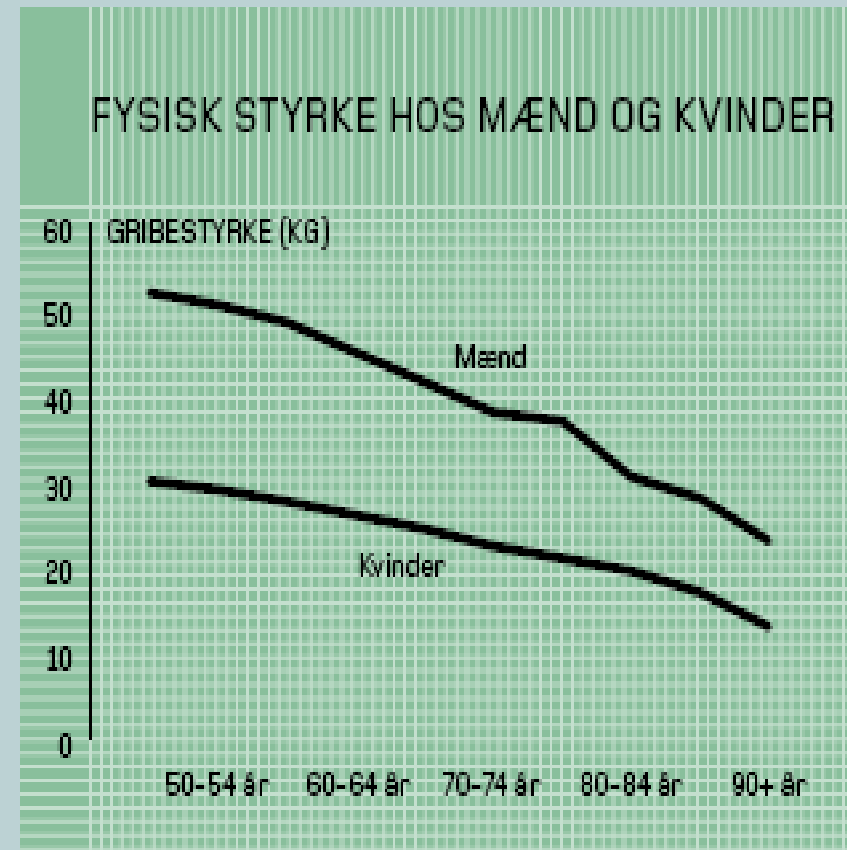
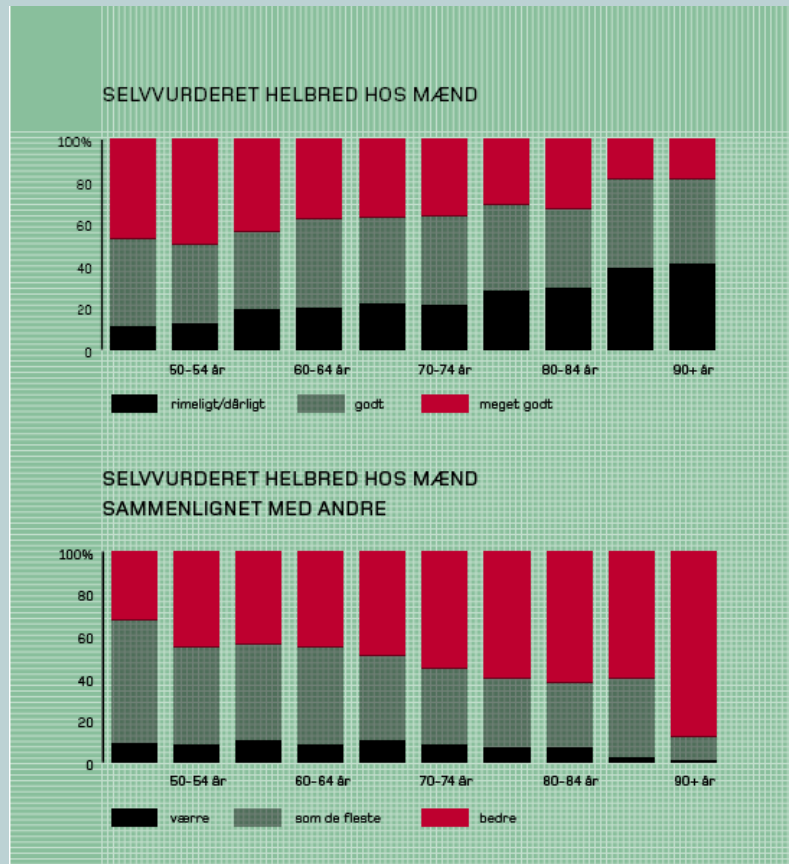
# Den syge mand

- Danske mænd kommer for sent til lægen – og fylder op i hospitals-sengene som ældre (Juhl, 2004)



- Søgning i litteratur viser (Berglund B, 2002):
  - 64 artikler om psykosocial støtte til mænd med cancer (de fleste inkluderer støtte til kvinder)
  - 828 artikler om støtte til kvinder
- Kun en femte del danske mænd med kræft efterspørger støtte til rehabilitering

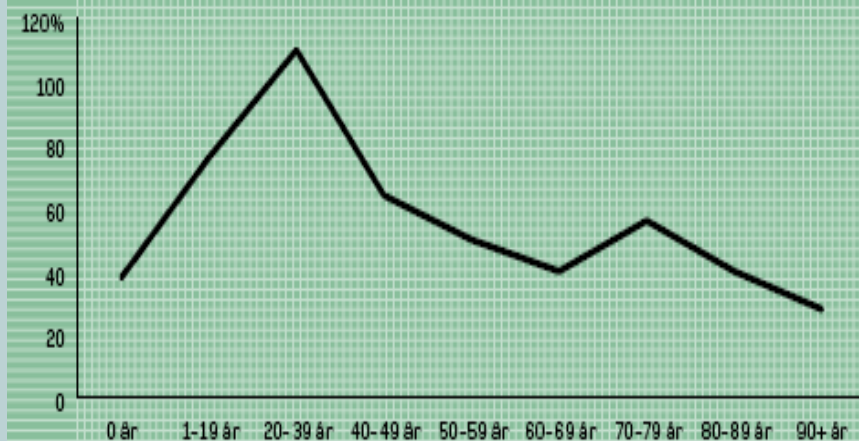
# Den glade mand....



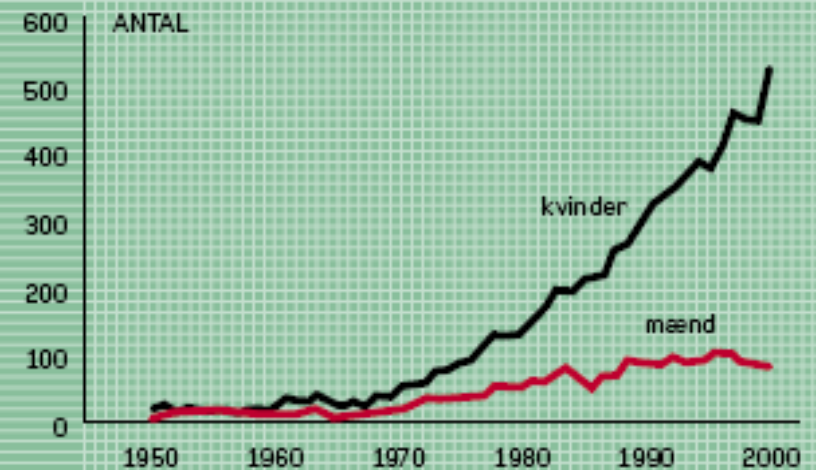
Christensen, K, m.fl. (2006): Kend din krop, mand

# ...der dør for tidligt

MÆNDS OVERDØDELIGHED I FORHOLD TIL KVINDER



UDVIKLINGEN I ANTALLET AF 100-ÅRIGE



Christensen, K, m.fl. (2006): Kend din krop, mand

# Problemet med mænd og sygdomme

- Har mere 'risk taking' – mere farligt arbejde
- Reagerer senere på symptomer på sygdom
- Går langt mindre til praktiserende læge
- Underforbrugere af forebyggende tiltag
- Dårligere pasning af medicinsk behandling

# Barrierer imod at søge hjælp

- Behov for selvbestemmelse og autonomi
  - modstand imod at blive kontrolleret af andre
- Tendens til at bagatellisere problemer
  - modstand imod at 'overreagere
- Privathed
  - bl.a. ønske om en vis afstand til andre
- Ønske om at have kontrol over følelser
- Barrierer i dagliglivet
  - bl.a. arbejdstider, arbejdspladskultur
- Ukendskab til hjælpesystemer mv

# Samtalen med den mandlige patient

- Mænd vil helst være fri for bekymring – egen og andres
- Mænd føler ofte stort ansvar for familien
- Mange mænd ser straks på håbet – og det er godt
- Tal med ham som til et almindeligt menneske
  - Han er ikke din mand eller din veninde

ofte

# Mænd vil have råd – ikke hjælp

De professionelle bør:

- Stille konkrete spørgsmål om hvad, hvornår, hvor meget, hvor ofte.....
- Fokuserer på optimisme og muligheder
- Give råd og opstille valgmuligheder
- Lægge op til at manden styrer selv
- Stå til rådighed, hvis de bliver spurgt
- - vente og lytte



# Mænd, kvinder og krop

- Mænd: Motion
- Kvinder: Kost



# Den overvægtige mand 1

En interviewundersøgelse viser:

(Olsen H & Madsen S.Aa. (2005))

- Mange mænd taler om positive aspekter ved at være overvægtig:
    - Anser sig selv for at være sunde
    - Overvægt giver fordele i slåskampe
    - Forestillinger om at tynde mænd ældes hurtigere
- Der er dog en del underliggende frygt
- De mener at sygdom ville motivere til forandringer i livsstil.
    - De har imidlertid allerede sygdomme p.g.a. overvægt!

# Den overvægtige mand 2

- Underliggende bekymringer:
  - Ser overvægten som årsagen til at de ingen partner har
  - Finder sig seksuelt uattraktive
  - Tilbageholdende i.f.t.kvinder på grund af overvægen
  - Tror ikke andre mænd ser dem som rivaler i.f.t. kvinder
  - Bekymret over deres seksuelle funktioner
- Ser deres overvægt som deres eget ansvar
- Tror at sundhedsprofessionelle kan hjælpe

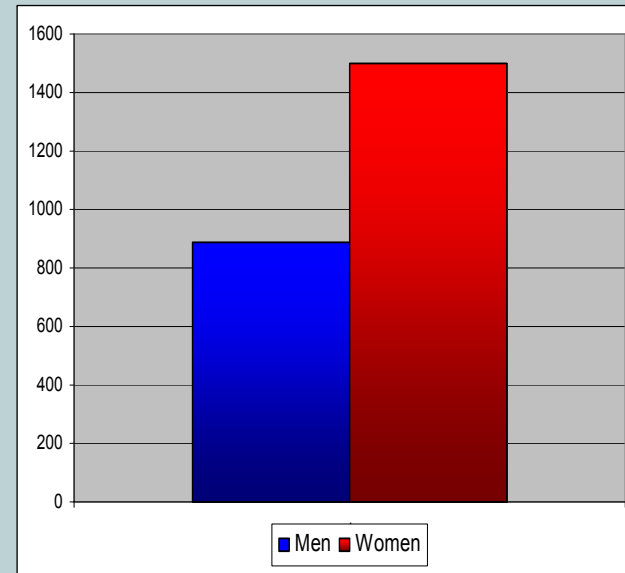
## Den overvægtige mand 3

Udfordringer i kommunikationen  
overvægtige mænd:

- De ønsker at de sundhedsprofessionelle skal:
  - Acceptere, at overvægt er hans egen sag og ansvar
  - Respektere mandens autonomi
  - Komme med forslag og råd
  - Droppe bebrejdelser og moralisering

# Mænd og depressioner

- Dobbelt så mange kvinder som mænd får diagnosen depression

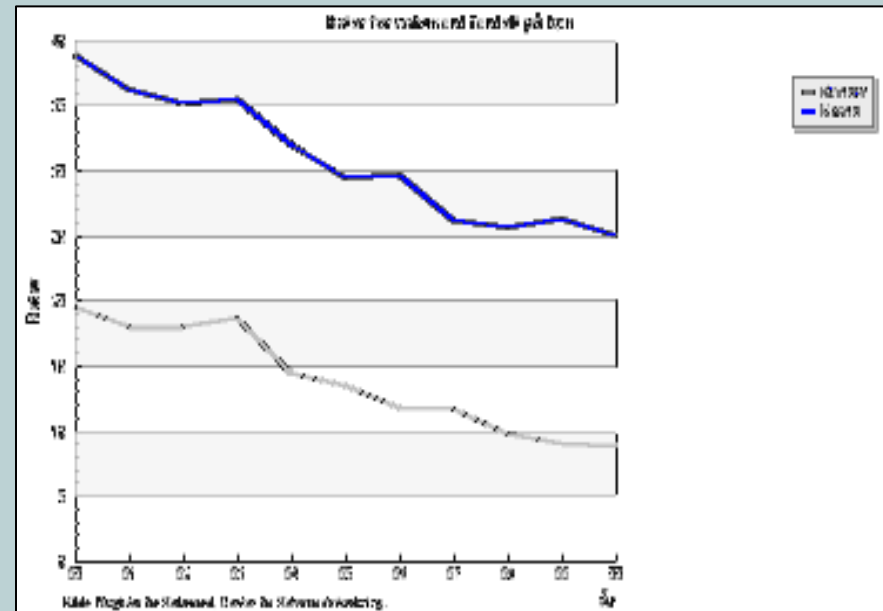
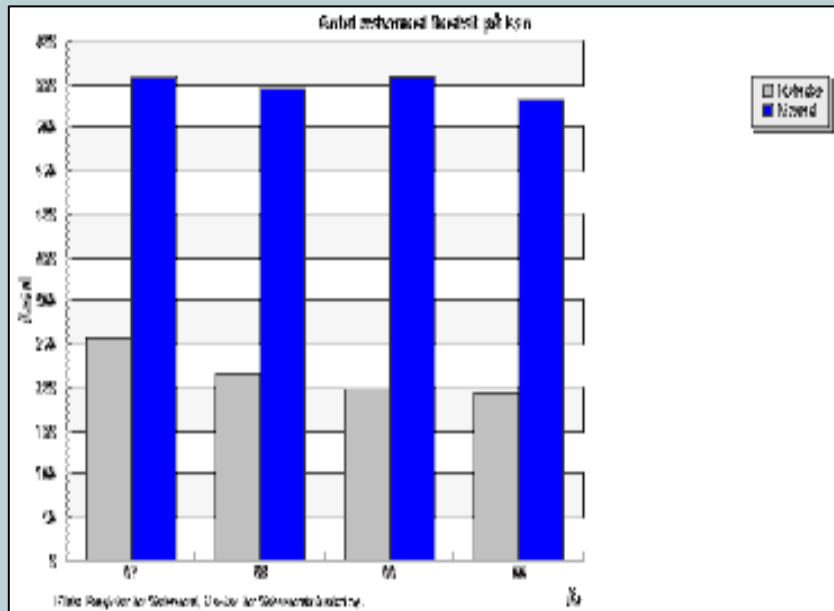


The Danish Ministry for Gender Equality (2004)

# Depressionssymptomer

- Nedsat stemningsleje
- Manglende glæde og interesse
- Uoverkommelighedfølelse og træthed
- Manglende koncentrationsevne
- Rådvidhed og uro
- Hæmning
- Nedsat selvværdsfølelse
- Sortsyn og skyldfølelse
- Selvmordstanker

# De forskellige konsekvenser



# Mandlige depressionssymptomer

## 1

- Vredesudbrud
- Aggressivitet
- Svag impuls kontrol
- Irritabilitet
- Destruktiv tankegang
- Lav stresstærskel
- Rastløshed
- Misbrug

# Mandlige depressionssymptomer

## 2

- Tilbagetrækning fra relationer  
– benægtes sikkert
- Overworking – besættelse
- Benægtelse af smerte
- Rigide krav om autonomi
- Afvisning af hjælp

## Den depressive kvinde

- Bebrejder sig selv
- Føler sig ked af det, lammet og værdiløs
- Undgår hest konflikter
- Prøver at være andre tilpas
- Neddæmpet og nervøs
- Sover for meget

## Den depressive mand

- Synes andre har skylden
- Føler sig gal, irriteret og krænket
- Skaber konflikter
- Angriber når han føler sig såret
- Kræver respekt fra andre
- Rastløs og agiteret
- Sover for lidt

# Reaktion på traume

- PTSD opfundet som en 'krigsreaktion' ("granatchock")
- I dag: Dobbelt så mange kvinder med diagnosen
- Mænd med PTSD har en større tendens til at have symptomer i form af irritabilitet og alkohol misbrug

## Bemærk!

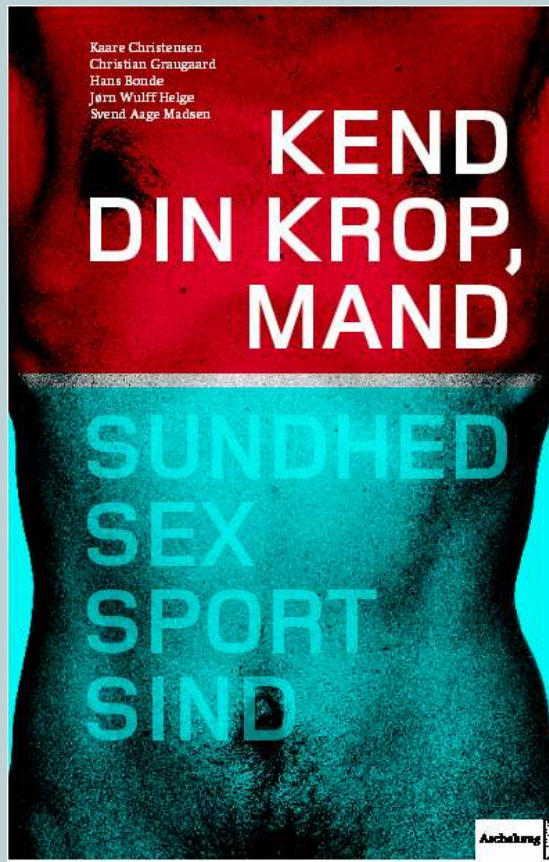
- Mænds depressioner kan have en anden form end den vi normalt kigger efter!
- Mænd kan få fødselsdepressioner!
- Manden ser ofte ikke sig selv som en der "har psykiske problemer"!
- Der skal arbejdes med nye veje i kommunikation!

# Hvad er der brug for?

## At der forskes i:

- Mænds Sygdomsopfattelser
- Mænds informationsbehov og -måder
- Rekruttering af mænd
- Kommunikation på hospital og i almen praksis
- Mandlige patienters behov
- Mandligt/kvindeligt personale
- Mænds psykiske reaktioner
- Mænds pårørende

Men husk: **Mænd er forskellige**



[www.sundmand.dk](http://www.sundmand.dk)