

Isumatsangaarneq

Atuagassiaaraq Kallaallit Nunaata peqqinnissaqarfiata ataaniittumi Distriktpsykiatri-mik saqqummersinnerqarpoq.

IKAARSAARFIK (2006)
Distriktpsykiatrien
HJ Rinksvej 1
Postboks 1001 • 3900 Nuuk
Tlf. 34 41 36 • fax 31 17 25

Isumatsangaarneq sunaana?

- Isumatsangaarneq tassaavoq nassuiaatissaqanngitsumik sivirusumik nikallunganeq, qasoqqanerujussuaq neriuutaarunnerlu. Taamatut innerup nalaani inuuttooqqasutut misigisimaneq atuuttarpoq suliarisarsimasanillu sulisinnaajunnaarneq malunniuttarluni. Imminut tatigisinnaaneq, sapiissuseerunneq, eqqarsaqqissaarsinnaaneq aalajangiisinnaanerlu ajornarsisarpoq. Akulikitsumik unnuami sinissaarunneq atuuttarpoq nerisassanillu illigisaarunneq atuuttarluni. Imminut avoqqaarineq ersinerlu aamma atuussinnaasarpoq. Eqqarsaatit toqumut qanittarput, immaqalu toquinnaraanni pitsaanagerusq eqqarsarnartarluni.
- Isumatsangaarneq aamma allatut ersertarpoq, soorlu assersuutigalugu ersininngorluni, puffaqqajaaninngorluni, kamajasininngorluni, timikkulluunniit allatut ersiuteqarsinnaasarluni.

Isumatsangaarnerit assigiinngitsut

- **Isumatsangaarnerit nalinginnaanerusut** sakkortussusaat nikerarsinnaavoq, (sallaatsunnguusinnaavoq, sallaatsuusinnaavoq sakkortuujusinnaallunilu).
- Ataasiaannarluni pisumik isumatsangaarneq.
- Manio-depressivimik nappaateqarnerup nalaani piffissap ilaani isumatsangaarnerit kipisartut.
- Piffissap ilaani uteqqiattumik isumatsangaarneq.
- **Nikallunganeq** (dystymi) tassaavoq sakkukitsumik amerlanertigulli inuuneq tamaat attanneqarsinnaasumik nuannaannginneq, suut tamarmik artornarlutik tamaviaaqqaarluni aatsaat qaangerniarneqartarlutik aammalu sunaluunniit nuannaarutissaanani. Suliaq

naammassineqaqqartarpoq, kisianni ullut tamaasa akiuuttariaqarnermik napparsimasariaqarnermillu kinguneqartartoq.

- **Sivikitsumik uteqqiattumik isumatsangaarneq,** qaammammut ataasiarluni marloriarluniluunniit nalunaaquttap akunnerini arlalinniit ullunut arlaqartunut sivisussilimmik atuussinnaasartoq.

- **Atugarisat allanguuteqarnerat artornartumilluunniit nalaataqarneq pissutigalugu isumatsangaarneq** atuutilersarpoq soorlu toqusoqarpat, soraarsitaagaanni imaluunniit avikkaanni. Isumatsangaarneq taanna nalinginnaasumik sakkortuneq ajorpoq, taamaakkaluartoq annilaanganertaqartarpoq, ernumanertaqartarpoq nukissaarunnermillu misigisimasitsisarluni.

- **Ukiuunerani isumatsangaarneq** immikkut ittuuvoq, ukiup taarnerani nalliuttarpoq, sinikkusunnartuuvoq neriumatuunnngornarlunilu, aamma tungusunnitsortorusunnarsisarpoq. Inummik taamatut isumatsangaartumik qaamaneq atorlugu katsorsaaneq pitsaasumik kinguneqarsinnaasarpoq.

- **Isumatsangaarneq ersinngitsoq allatulluunniit ersertartoq** pineqaraangat eqqarsaatigineqartarput, isumatsangaarnerit timikkut eqqarsartaatsikkulluunniit allatut napparsimanermut takussutissaqalersartut. Soorlu assersuutigalugu annilaanganeq annermik ersiutaasartoq. Timikkut ajoqutit, soorlu niaqorlunneq qasoqqanerlu ajoqutaaneruppata, timikkut nappaateqarnermik misissuinerpassuit aatsaat pereeraangata isumatsangaarneq paasineqarsinnaasarpoq.

- **Angutip isumatsangaarnera** tassaavoq oqariartaaseq nutaaq, tamatumani pineqarpoq angut utoqqasaanngulersoq nungullarsimasutut misigisoq, imassaqaanngitsutut, qasusutut qasukkarnerlu sapilersutut misigisimasoq. Tunniutiinnarnermut sanngiinnerulernermullu akuerinninnermut taarsiullugu isorinnittunngortarpoq, puffajasuunngorluni, ilakkuminaatsunngorluni kamajasuunngorlunilu. Taamatut innini „isertorniarlugu” suleruluttarpoq, imaluunniit aalakoornartulimmik „imertarpoq” qaqutigullu iisartagartortunngortarluni. Inuup taamatut innini nassuerutigiumaneq ajorpaa inuillu allat ikiuiniaraluaraangata ikioqquneq ajorpoq isornartorsiuiinnartarlunilu.

- **Puigutuunngortuusineq** (Pseudodemens) aamma isumatsangaarneruvoq ersinngitsaq, tamatumani

eqqaamasaqarsinnaaneq eqqarsarsinnaanerlu ima ajortigilersarpoq, nappaat puigorneq nappaatigineqarsorineqartarluni.

- Utoqqaat isumatsangaarnerat qanorpiaq innersoq misissoruminaatsuullunilu katsorsaruminaatsuvoq.

Utoqqaq taamatut nappaateqalersimasoq pasitsaanneqartarpoq, sapaatit akunnialunnguisa ingerlanerinnaanni pissusaa allangorpat, anniarnini nappaateqarninilu kisiisa pilerpagit, annilaangalluni eqqissiveqaranilu pilerpat, soqutigineqanngitsutut misigisalerpat, isumaluttalerpat, uninngaannalerpat paarineqartariaqalerpallu.

- **Erninermi isumatsangaarneq** tassarpiaavoq isumatsangaarneq nalinginnaq, kisiannili erninermi timimi hormonit eqqarsartaatsikkullu pissutsip allannguuteqarnerannik pinngortartoq.

Isumatsangaarnerup kingunerisinnaasai

Isumatsangaarneq ima naalliunnartigilersinnaasarpoq allaat imminoornermik kinguneqarsinnaalluni.

Isumatsangaarneq aamma inooqataanermut atuuffitsigut annikillisitsisarpoq, amerlanertigut timikkut nappaatinit attattuakkanit annertunerusumik.

Isumatsangaarneq aamma soorlu assersuutigalugu ilinniakkamik unitsitiinnarsinnaanermut pissutaasarpoq aammalu ilaqutariit nalinginnarmik inuunerannik aseruisinnaalluni.

- Isumatsangaarneq inummut ilaqutariinnullu assut sunniuteqartarpoq, taamaakkaluartoq isumanerlunermik napparsimasoq amerlanertigut ikiorneqarnissamik katsorsarneqarnissamillu siunertaqarluni saaffiginninneq ajorpoq.

Kikkut isumatsangaarnermik nappaateqalertarpat?

Isumaqartoqarpoq arnat angutiniit marloriaammik amerlanerit isumatsangaarnermik napparsimalertartut.

Kisianni angutip isumatsangaarneranik taaneqartartumik nappaateqalertartorpassuit ilanngukkaanni, angutit isumatsangaarnermik nappaateqartut arnatuulli amerlatigipput.

Nappaammik manio-depressiv-imik nappaatillit arnaanerat angutaanerallu assigiinngissuteqanngilaq tassa ingasattajaarnermik (mani) isumatsangaarnermillu nappaatilinni.

Isumatsangaarnermut pissutaasut

Isumatsangaarnermut pissutaasut sorpassuusinnaapput, timikkut inuunermut, eqqarsartaatsimut avatangiisinullu tunngassuteqarsinnaallutik, kisianni sorpialmik pissuteqarnerseq oqaatigissallugu ajornarluinnartarpoq.

- Kingornuttagaasinnaanera pissutaasinnaavoq. Ataataq anaanarluunniit piffissap ilaani isumatsangaarnermik nappaateqartarpat taava meeraasa qanorluunniit ittumik isumatsangaalersinnaanerat 10-15%-usarpoq.
- Qallikkut pissutsit artorsaatillu isumatsangaalersitsisinnaapput. Timikkut nappaatit sivilisuumik atuuttut (soorlu tunusukkut sakkortuumik anniaatit gigtilu) utoqqalineq imaluunniit qaratsakkut nappaatit ajoqutillu.

Katsorsaaneq

Isumatsangaarnermik katsorsaaneq inuup ataatsip katsorsarneratigut pisarpoq aammalu isumatsangaarnerup qanoq ittuunera aalajangiisuusarpoq.

- Katsorsaaneq siullemq tassaasarpoq isumatsangaarnermik pillugu paasissutissiineq, ilisarnaataanik, pissutaanik katsorsaanerlu aamma pillugit paasissutissiineq. Sakkukitsumik isumatsannermut pissutaasinnaapput nammineerluni allanngortissinnaasat soorlu assersuutigalugu sinissaaleqineq, qasukkarnaveerneq imaluunniit imigassartorpallaarneq.
- Alloriarneq tullemq tassaavoq nakorsamit imaluunniit psykologimit psykiaterimilluunniit oqaloqateqarneq aqutugalugu katsorsagaaneq. Oqaloqateqarneq atorlugu katsorsaariaatsit (psykoterapi) assigiinngitsuupput. Pingaartumik oqaloqateqarnikkut eqqarsartaatsimik katsorsaaneq atorneqarsinnaavoq. Oqaloqatiginneriaaseq taanna atorlugu isumatsangaartup nammineq pilluni amerlanertigut eqqaarsaatai takorluugaalu ajortut ilaatigut allanngortinniarneqarsinnaammata.
- Eqqarsartaatsikkut pisariaqartitat tungaasigut oqaloqateqarnikkut katsorsaanerup tunngavigaa isumaqartoqarmat, isumatsangaartunngorneq annaasaqarnermik avissaarnermillu pissuteqartartoq (soorlu assersuutigalugu

ataataarunneq, anaanaarunneq, attaveqarnermik
asanninnermillu amigaateqarneq il.il.)

Pissutsit tamakku paasisaqarfigigaanni qanoq inneq
pitsaanerulertarpoq.

- Nakorsap paasisutissiineq oqaloqatigiinnerlu atorlugit
katsorsaaneq naammaginartumik angusaqarfiunaviangitsoq
nalilerpagu nakorsaatit atorlugit katsorsaaneq
atorneqartarpoq. Amerlanertigut imaakkajuttarpoq,
siusinnerusukkut inuk nuannaartuugaluarluni
aallutaqartuugaluarlunilu tassanngaannaq nassuiaatissaqanngitsumik
sakkortuumik isumanerluttunngorpat.

Taamaakkaangat amerlanertigut nakorsap
nakorsaatit isumatsangaarnermut iluaqtissat atorlugit
katsorsaaneq aallatittarpaa. Nakorsaatit naammattumik
annertussusillit atorneqaleraangata pitsaasumik
sunniuteqarnerat sapaatit akunneri 2- 5-nut
ingerlanerini malunniuttarpoq.

Pinaveersaartitsineq

Ajoraluartumik isumatsangaarneq amerlanertigut kingumut
peqqittuurtarpoq. Taamatut pisoqartarnera assut
ajoraluarpoq, pissutigalugu isumatsangaarnerit ajorseriarajuttarmata
katsorsaruminaannerulertarlutillu. Pinaveersaartitsineq
pisinnaavoq katsorsaatigalugu oqaloqatigiittarnikkut
aammalu nakorsaatitortitsinikkut, nappaatip
qanoq sakkortutiginera apequtaalluni.