

NRC 26 juni 2013

Als je elke dag je knuffels telt

Elsje Jorritsma

SAMENVATTING

Jitte Galbraith vertelt gemeenten over de stoornissen die ze als kind had. Ze hoopt dat ze ervan leren hoe ingewikkeld jeugdzorg is.

VOLLEDIGE TEKST

Jitte Galbraith was 8 jaar toen ze voor het eerst met de psychologen en psychiaters van de jeugd-GGZ in aanraking kwam. Ze kon niet slapen en vertoonde dwangmatig gedrag. „Ik moest bijvoorbeeld mijn knuffels een vast aantal keer aanraken voor het slapen. En als ik vond dat ik iets verkeerd had gezegd, moest ik dat terugnemen door de woorden omgekeerd uit te spreken. Ik was ook heel onzeker, ik wilde het iedereen naar de zin maken.”

Dat bezoek aan het Riagg in Oss, na een verwijzing van de huisarts, was het begin van jaren van verergerende symptomen en verschillende psychiatrische behandelingen. Nu is Galbraith 24, aan het afstuderen in het maatschappelijk werk, en werkt ze zelf met jongeren die psychische problemen hebben. „Ik heb aan den lijve ervaren hoe verschrikkelijk moeilijk het is om bij een kind de vinger op de zere plek te leggen. Sommige problemen zijn ongelooflijk complex. Ik kan me niet voorstellen dat alle gemeenten straks de kennis hebben die dat vereist.”

Galbraith vertelt haar verhaal regelmatig aan gemeenten die zich voorbereiden op het moment, 1 januari 2015, dat zij verantwoordelijk worden voor alle jeugdzorg. Ook dus voor de psychiatrische zorg, die nu nog door artsen en zorgverzekeraars wordt georganiseerd. Gemeenten zullen inzetten op preventie en laagdrempelige pedagogische zorg, mede omdat de kosten omlaag moeten. Alle kinderen door één loket, ieder gezin onder één regisseur. Psychiaters en therapeuten vrezen dat zo'n loket de kennis mist voor complexe situaties als die van Galbraith. En dat gemeenten onvoldoende gespecialiseerde zorg zullen inkopen.

Haar moeder heeft de briefjes bewaard die Galbraith in die tijd schreef, omdat ze er niet over kon praten. „Mam, ik heb stemmetjes in mijn hoofd, dat is niet fijn, je moet me helpen.” Na een paar gesprekken met een kinderpsychiater kwam ze in een praatgroep met jongeren. Dat zou goed zijn voor haar zelfvertrouwen, maar haar moeder denkt dat daar haar eetproblemen zijn begonnen. Gekopieerd, van een meisje in de groep. „Ik wilde helemaal niet over mezelf praten, ik vond het verschrikkelijk.” Rond die tijd, ze zat in groep 6, ging ze veel minder eten. „Daar deden ze bij het Riagg niet veel mee.” Om een goede diagnose te kunnen maken, stelde het Riagg voor dat ze drie maanden in een kinderpsychiatrisch ziekenhuis zou worden opgenomen. Zonder bezoek van haar ouders. Dat leek hun niets, en na lang zoeken vond het gezin een particuliere kinderpsycholoog. Een kinderarts in het ziekenhuis hielp haar intussen met haar gewicht. „Dat was heel goed. Ze sprak echt met mij, niet óver mij. Het was wel confronterend. Als je niet eet, ga je dood, zei ze dan.”

De kinderpsycholoog behandelde vooral haar onzekerheid, en leerde haar voor zichzelf opkomen. Na een jaar van wekelijkse, later tweewekelijkse gesprekken ging het wat beter. Ze kwam aan, en maakte haar basisschool af. „Maar het was geen specifieke behandeling voor mijn dwangmatige gedrag en gedachten. Die waren wel getemperd, maar niet weg. Nu denk ik dat we toen hadden moeten doorpakken.”

Ze ging naar de mavo en door naar de havo. Daar maakten de nieuwe mensen - vinden ze me wel leuk - en de lagere cijfers haar nog onzekerder. „Ik bedacht dat als ik zou afvallen, mensen me leuker zouden vinden." Na de havo ging het echt fout. „Ik wist niet welke opleiding ik moest doen, dat zag ik als falen. Ik dacht ook dat mijn ouders veel meer van mijn zus hielden dan van mij, omdat ik altijd voor problemen zorgde - ik was thuis vaak chagrijnig en boos."

In het jaar dat ze toen ging werken in de thuiszorg en bij de Albert Heijn, begon ze serieus af te vallen. Iedere ochtend bepaalde ze de strategie: hoe kom ik deze dag door zonder te eten. „Een hongergevoel was een overwinning. Door de hele dag aan eten te denken, hoefde ik niet te voelen hoe ongelukkig ik was. "

Ze had flink ondergewicht, zegt ze, haaruitval, had het altijd koud, was altijd moe. Uiteindelijk kon ze haar probleem met haar moeder bespreken. „Als mijn moeder vroeg hoe ze me kon helpen, zei ik: als ik dood ben, heb ik rust in mijn hoofd."

Galbraith was inmiddels meerderjarig, en mocht zelf beslissen wat ze deed. Na een mislukte behandeling bij een diëtiste kwam ze terecht bij GGZ Veghel, voor een gespecialiseerde behandeling van anorexia nervosa. Bijna een jaar ging ze vier dagen per week naar die instelling - praatgroepen, brieven schrijven aan je eetstoornis als vriend, en als vijand, gesprekken met het hele gezin: „Dat was mijn werk, dat jaar."

Sindsdien heeft Galbraith haar opleiding maatschappelijk werk hervat, en werkt ze daarnaast als ervaringsdeskundige bij Ixta Noa, een zelfhulporganisatie voor jongeren met psychische problemen. Sindsdien heeft ze nog een keer kort therapie gevolgd. „Ik kwam nog wat dingen tegen, toen ik over mijn eigen ervaringen ging praten." Maar dat vind ik niet erg, zegt de gezond uitziende jonge vrouw. „Dat mag. Dat ben ik."

Morgen debatteert de Kamer over jeugdzorg

Vanaf 2015 gaan de gemeenten alle jeugdzorg uitvoeren, ook de zorg die nu door provincies, Rijk of zorgverzekeraars wordt uitgevoerd. Daarnaast moeten de gemeenten 15 procent bezuinigen op deze zorg. Morgen debatteert de Kamer erover. De jeugd-ggz, die kinderen met psychische problemen behandelt, vindt het „een onverantwoord experiment", zegt een woordvoerder van het Landelijk Platform GGZ. „De problemen van deze jongeren zijn vaak complex en uit onderzoek blijkt dat gemeenten hier onvoldoende kennis over hebben." Er is volgens het platform een groot risico dat sommige gemeenten straks niet genoeg - of de verkeerde - specialistische zorg hebben ingekocht. Een kind met bijvoorbeeld schizofrenie zou dan in bepaalde gemeenten niet behandeld kunnen worden, omdat die hulp daar niet is ingekocht. Een ander risico is dat kinderen van behandelaar moeten wisselen als ze 18 jaar worden. Dan vallen ze niet meer onder de gemeente maar onder de zorgverzekeraar, die mogelijk andere behandelaars heeft gecontracteerd.

23.000 mensen ondertekenden een petitie tegen de reorganisatie.