

Du må ikke dø i stilhed

04.10.2025



Du må ikke dø i stilhed
Maria Staghøj Durhuus
Frydenlund, 2025
180 sider, 229.95 kr.

Af Randi Hjortholm, Sygeplejerske, Certificeret vejleder i digital sundhed

Bogen rammer så dybt ned i en af vores mest oversete sundhedskriser for unge, at jeg under læsningen måtte lægge den fra mig og gå en tur. Maria Staghøj beskriver virkeligheden omkring opioidmisbrug hos unge med en faglig råhed og ærlighed, der ikke blot går lige i hjertet, men som også får ens faglige viden som sygeplejerske til at skride på handling. Og det er netop, hvad bogen gør: den skriger på faglig handling.

Forfatteren fremhæver, hvordan det ikke må være økonomien, der afgør, om et barn lever eller dør. En tragisk realitet, der blev afgørende for en enlig mor i bogen. Men "Du må ikke dø i stilhed" er også en stærk bog, der tænder håb om, at vi læsere bliver klogere og modigere, at vi tør sætte fokus på emnet, så vi kan redde unge som Andreas og Sarah.

Maria Staghøj lykkes med at bryde stilheden og formidle både viden og konkrete løsningsforslag på det komplekse problem, som opioimisbrug udgør. Misbrug handler ofte ikke om rus, men om unge mennesker, der søger ro fra livets smerter. Og fordi vi mangler de rette tilbud, dør unge i bogstaveligste forstand på deres børneværelser, mens forældrene sover.

Bogen formidler klart, at afhængighed ikke er et valg, men en sygdom. Den viser også, at når unge forsøger at finde vej væk fra misbruget, er samfundet ofte ikke klar. Ventetider og manglende tilbud især i mindre kommuner koster liv.

Et af bogens vigtigste budskaber er, at vi skal anerkende, at stofmisbrug ikke kun handler om “de andres børn”. Det handler om alles børn. Krisen rammer bredt, og mange af de unge lever tilsyneladende almindelige liv, hvor de går i gymnasiet, har familier og venskaber.

Bogens faglige styrke ligger i dens fokus på løsninger: muligheden for anonym behandling, beskrivelse af de kulturelle forskelle, der gør det ekstra svært for piger med anden etnisk baggrund at søge hjælp, og en klar erkendelse af, at vi alle har et ansvar.

“Du må ikke dø i stilhed” er ikke kun et råb om hjælp – den bringer også faglige løsninger og spreder håb, fordi vi alle kan være med til at skabe forandring. Giv denne bog til dine venner med børn. Til din ven, der er politiker. Og som fagperson bør du læse den og deltage i debatten. Vi skylder det til alle de unge og til os selv, at kæmpe for, at Andreas og Sarahs død ikke var forgæves.