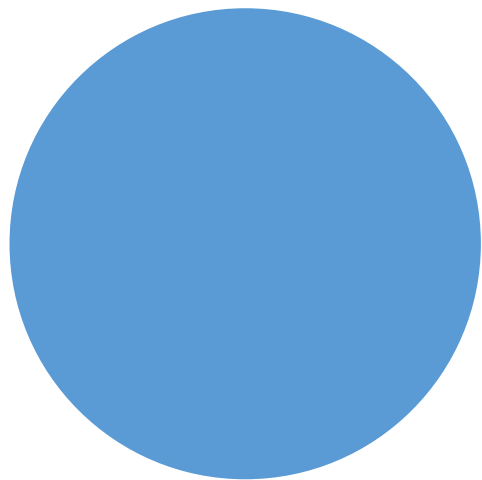


FÖR ATT BÖRJA MED NÅGOT NYTT
måste man sluta med något gammalt

Kerstin Evelius

Fd Samordnare psykisk hälsa

Den psykiska ohälsan är fullständigt ohållbar

Publicerad 10 okt 2018 kl 06:30



Under det senaste decenniet har andelen barn i åldern 10–17 år som fått en psykiatrisk diagnos av...

Foto: SHUTTERSTOCK

På ett decennium har andelen barn i åldern 10–17 år som fått en psykiatrisk diagnos eller psykofarmaka fördubblats.

Den ökande psykiska ohälsan är varken acceptabel eller hållbar, skriver generaldirektörerna för Socialstyrelsen och Folkhälsomyndigheten.



Detta är en debattartikel. Det är skribenten som står för åsikterna i texten.

Dela artikel



För att få en utredning hos barn- och ungdomspsykiatri i Söderland kan man få vänta i upp till fyra månader. Foto: bakad/Reportage

Långa köer till psykiatri – barn kan få vänta i flera månader

Publicerad 11 februari 2018

Köerna till barn- och ungdomspsykiatri växer. Mellan 2014 och 2017 har andelen nybesök ökat med nästan 50 procent. Flera året tog drygt 2.000 barn och unga en första kontakt med BUP i Söderland.

Under 2017 fick nästan 70 procent av patienterna som sökte specialistvård hos barn- och ungdomspsykiatri, BUP, i Söderland en nybesöksdagar inom 50

Nyheter

Långa köer till BUP – inget landsting klarade målet 2017

Publicerad 10 oktober 2018 | Uppdaterad: 10 oktober 2018



Knappt tre fjärdedelar av de som söker sig till BUP föra året fick hjälp.

Foto: Shutterstock

Wenckebach och ungdomspsykiatri i Söderland. Foto: bakad/Reportage

Kraftig ökning av psykisk ohälsa bland barn och unga



Ökningen handlar om att omkring 100 000 barn och unga sökte hjälp av psykiatri under 2017.

Allt fler unga mår dåligt, och varje år tar 40-50 ungdomar livet av sig i Sverige. Av dem är cirka fem så unga som under 16 år. Att ständigt bli påmind om normer som en själv kanske inte passar in är självklart en bidragande orsak till många ungas sämre mående, säger Therese Elvengren på stödjouren Indira.



Psykisk ohälsa bland unga ökar

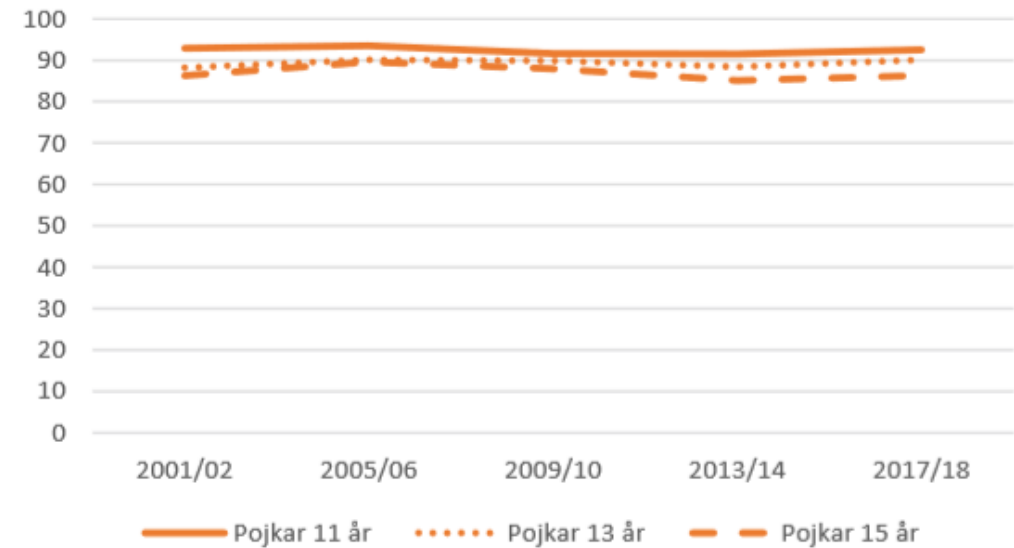
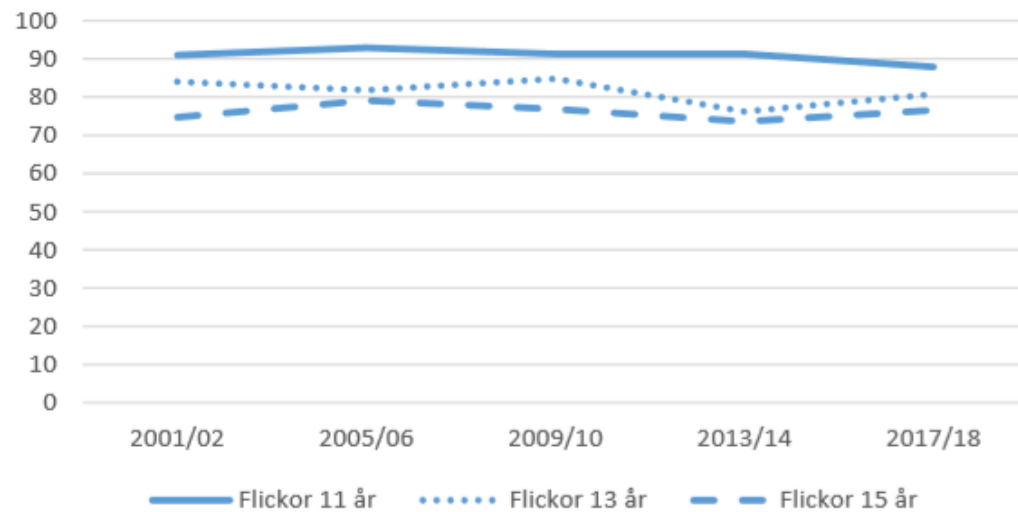
"De bär en större börda på sina axlar"

Samhällsutmaningen psykisk ohälsa

- Psykisk ohälsa kostar samhället 20 miljarder kronor per år
- Största sjukdomsbördan i samhället år 2030 (WHO)
- Den självrapporterade psykiska ohälsan har ökat bland barn och unga sedan början på nittioalet, särskilt bland flickor
- Andelen med diagnos ökar bland barn och unga
- Självmod har sedan början på 90-talet minskat i hela befolkningen men inte bland barn och unga



Det stora flertalet mår bra...



...men allt fler
mår dåligt.



Psykisk ohälsa hos barn och unga ökar inte i världen...



...men i norra Europa.



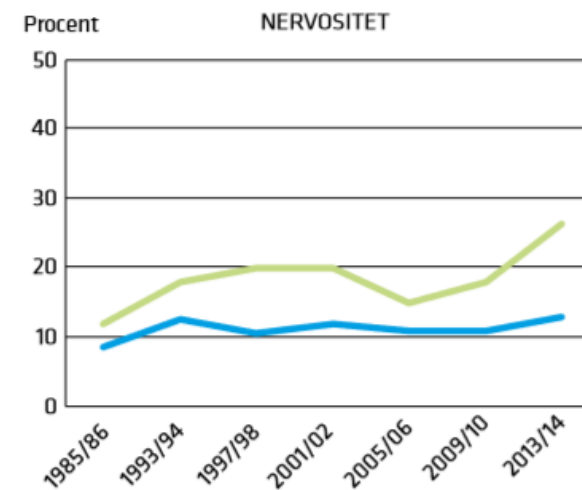
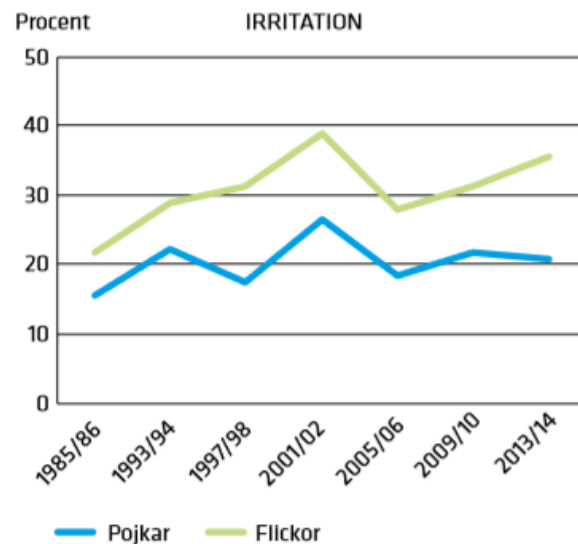
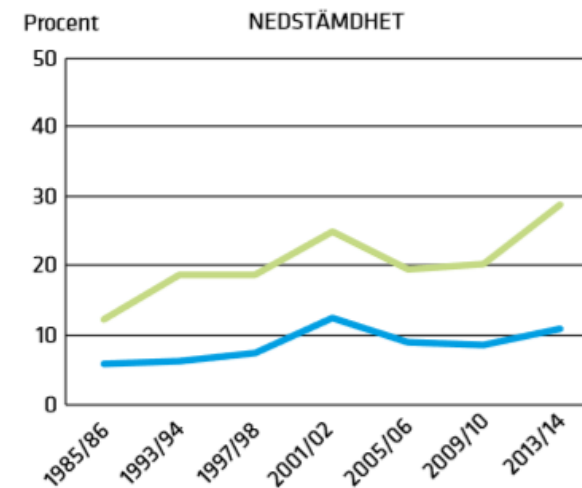
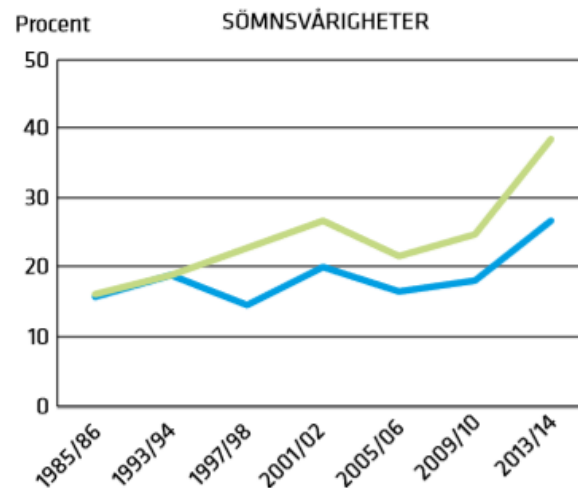
Andelen 13- och 15-åringar i Sverige som rapporterar återkommande psykosomatiska symtom har fördubblats sedan mitten av 1980-talet.



Mer omfattande ökning i Sverige än i övriga Norden.

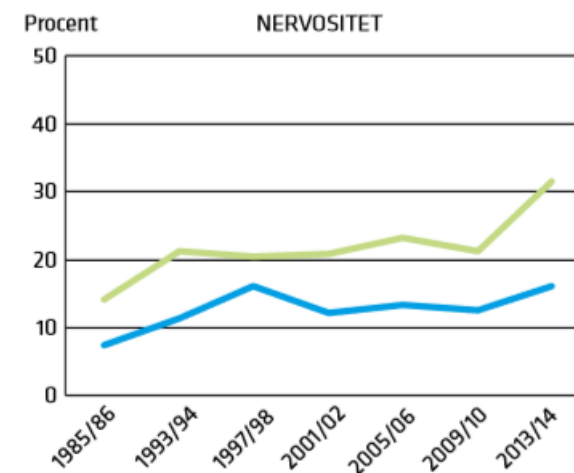
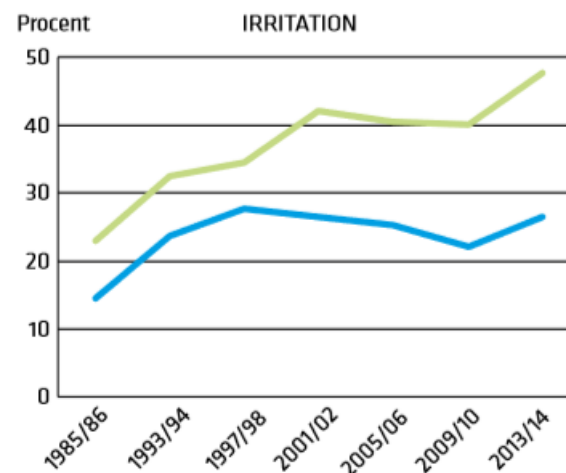
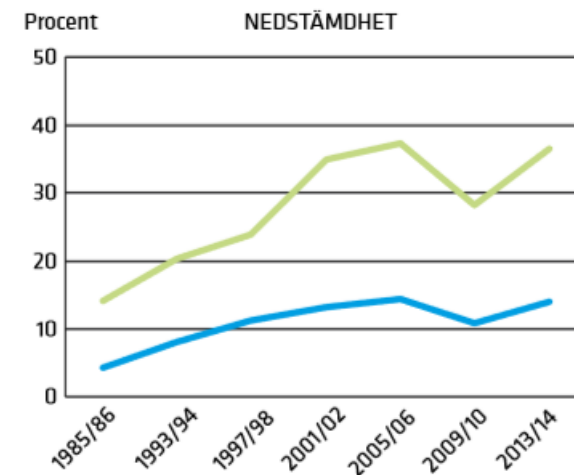
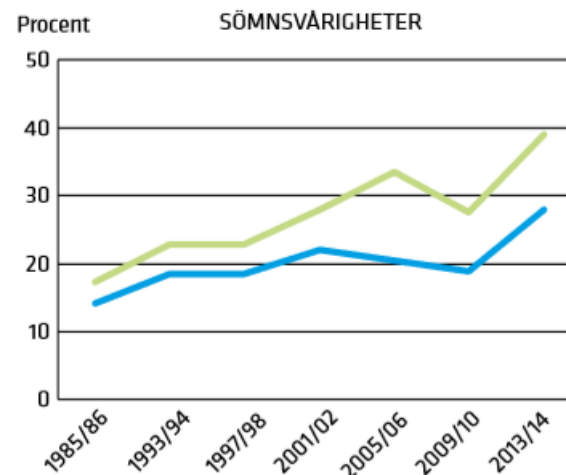
Psykisk ohälsa ökar hos 13-15-åringar...

Andelen 13-åriga flickor och pojkar som uppger att de har haft psykiska besvär mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna

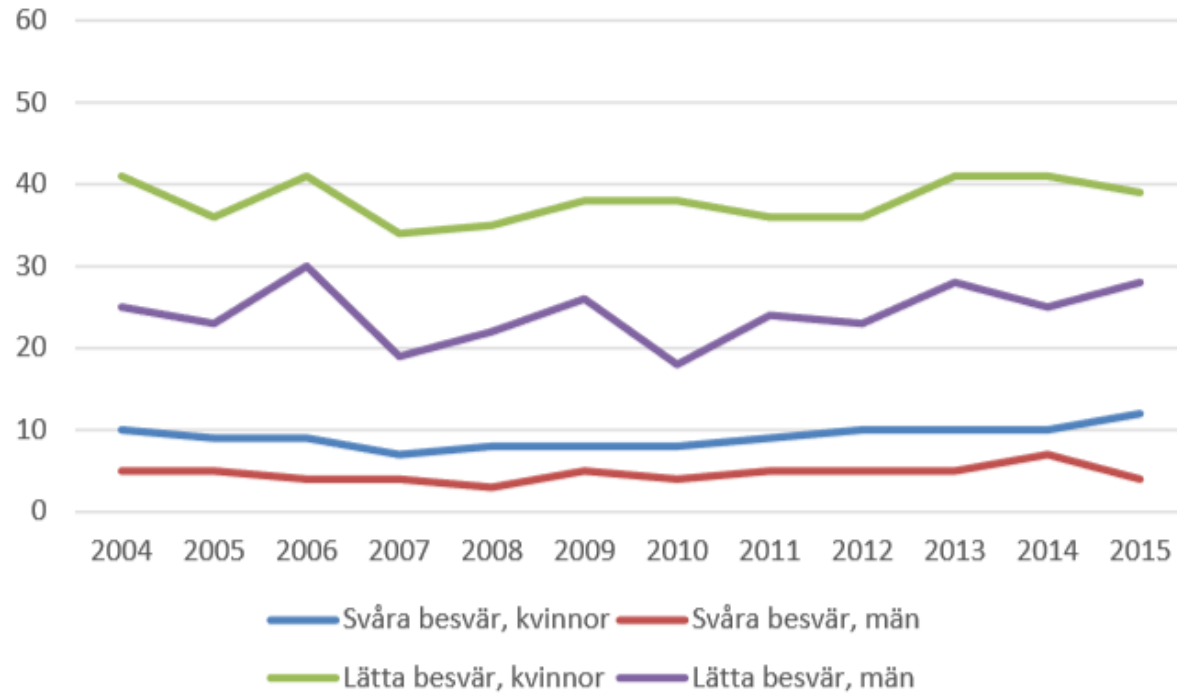


Psykisk ohälsa ökar hos 13-15-åringar...

Andelen 15-åriga flickor och pojkar som uppger att de har haft psykiska besvär mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna



— Flickor — Pojkar



Källa: Nationella folkhälsoenkäten HLV, Folkhälsomyndigheten.

...men inte
bland unga
vuxna.

Varför mår unga sämre? *Folkhälsomyndigheten*



RELATIONEN I FAMILJEN
BÄTTRE ELLER OFÖRÄNDRAD



ANDELEN EKONOMISKT
UTSATT BARNFAMILJER I
SVERIGE HAR MINSKAT ENLIGT
ABSOLUTA MÅTT



ÖKAD ANVÄNDNING AV
DIGITALA MEDIER



STÖRRE UTMANINGAR PÅ
ARBETSMARKNADEN FÖR
UNGA



SKOLAN FUNGERAR SÄMRE

Varför mår unga sämre? *Unga själva*

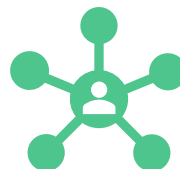


Skolan och frågor kopplat till skola och framtid skapar oro, stress och ångest vilket i sin tur kan leda till psykisk ohälsa

Betygspress

Betygssystem upplevs som otydligt och orättvist

Oordning i skolan



Sociala medier skapar stress och press

Normer

Jämförelse med andra

Alltid behöva vara uppkopplad och delaktig



Oro för miljö

"Att fixa miljön, alltså alla kommer ju att dö om vi fortsätter med utsläpp osv, dessutom så är ju typ halva världen deprimerad utan att säga det, och depression är anledningen till hälften av alla dödsfall i dagens samhälle, är helt stört och så hemskt."

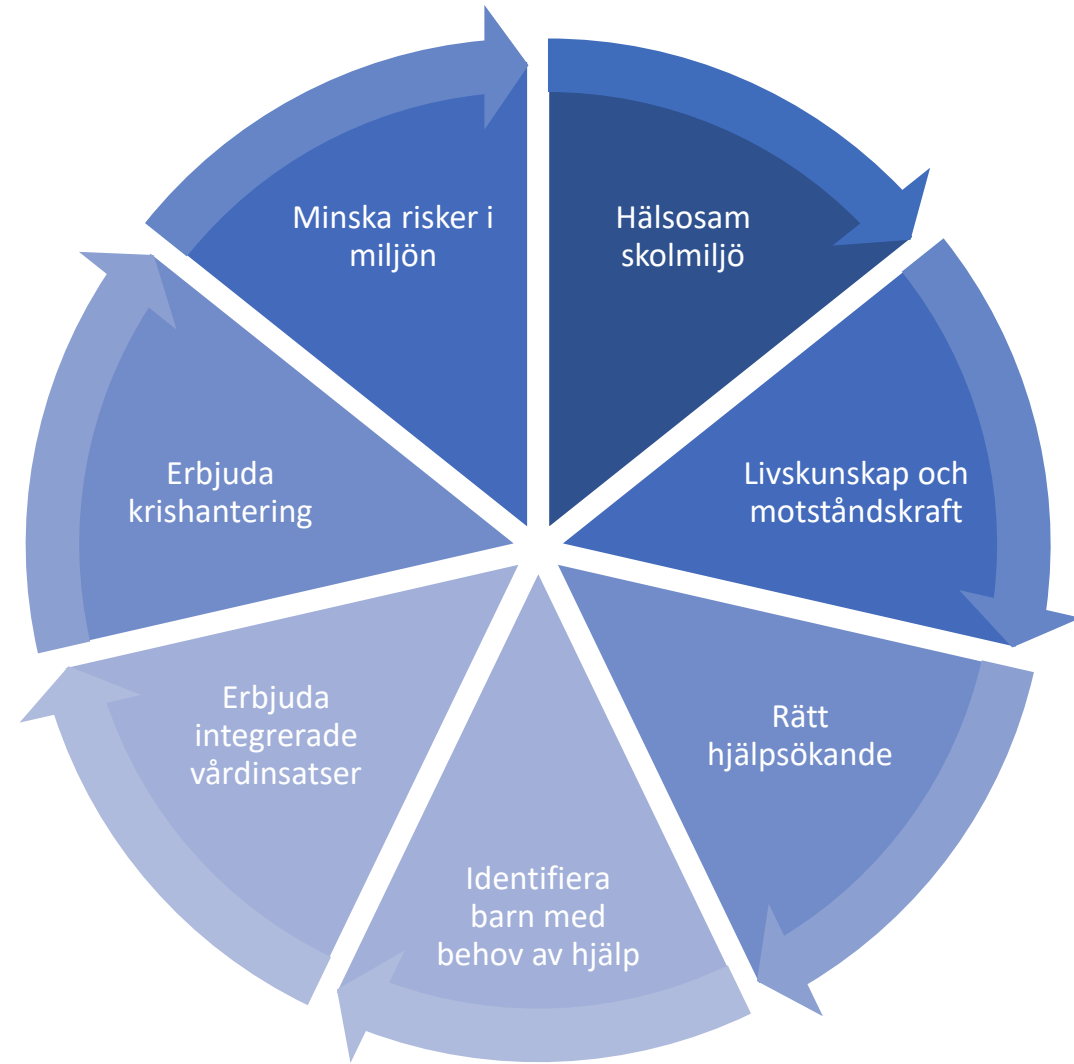
"Framtidsstress, speciellt om man har det svårt i skolan. Men det är alltid en stor press när det gäller utbildning, arbete och bostäder"

Ungas beställning till samhället

1. Fler unga företrädare i samhällets beslutsprocesser
2. Närvarande vuxna i samhället
3. Kunskap om psykisk och psykosocial hälsa ska vara en del av läroplanen
4. En öppen, närvarande och aktiv elevhälsa
5. Kontinuerliga och obligatoriska samtal med elevhälsan
6. Hjälp och stöd ska vara individanpassat och utgå från ungas behov



Systemperspektiv på psykisk hälsa och ohälsa





Folkhälsopolitiken



Komplexa
problem
kräver flera
lösningar och
partners



Åtgärdsområden



Åtgärder



Resultat



Folkhälsopolitiken

1. Det tidiga livets villkor
2. Kunskaper, kompetenser och utbildning
3. Arbete, arbetsförhållanden och arbetsmiljö
4. Inkomster och försörjningsmöjligheter
5. Boende och närmiljö
6. Levnadsvanor
7. Kontroll, inflytande och delaktighet
8. En jämlik och hälsofrämjande hälso- och sjukvård

Våld mot barn

- 5 procent av de som utsatts för psykiskt eller fysiskt våld hade berättat för polis.
- 45 procent berättat för någon, oftast för ett syskon eller för en jämnårig vän.
- 44 procent av tillfrågade elever har någon gång under livet varit utsatta för barnmisshandel - olika typer av våld såsom fysiskt våld, psykiskt våld, försummelse, sexuella övergrepp samt upplevt våld mellan vuxna i familjen.
- 36 procent hade utsatts av någon inom familjen.
- 9 procent av de tillfrågade eleverna var multiutsatta, alltså utsatta för olika typer av våld eller våld vid upprepade tillfällen.

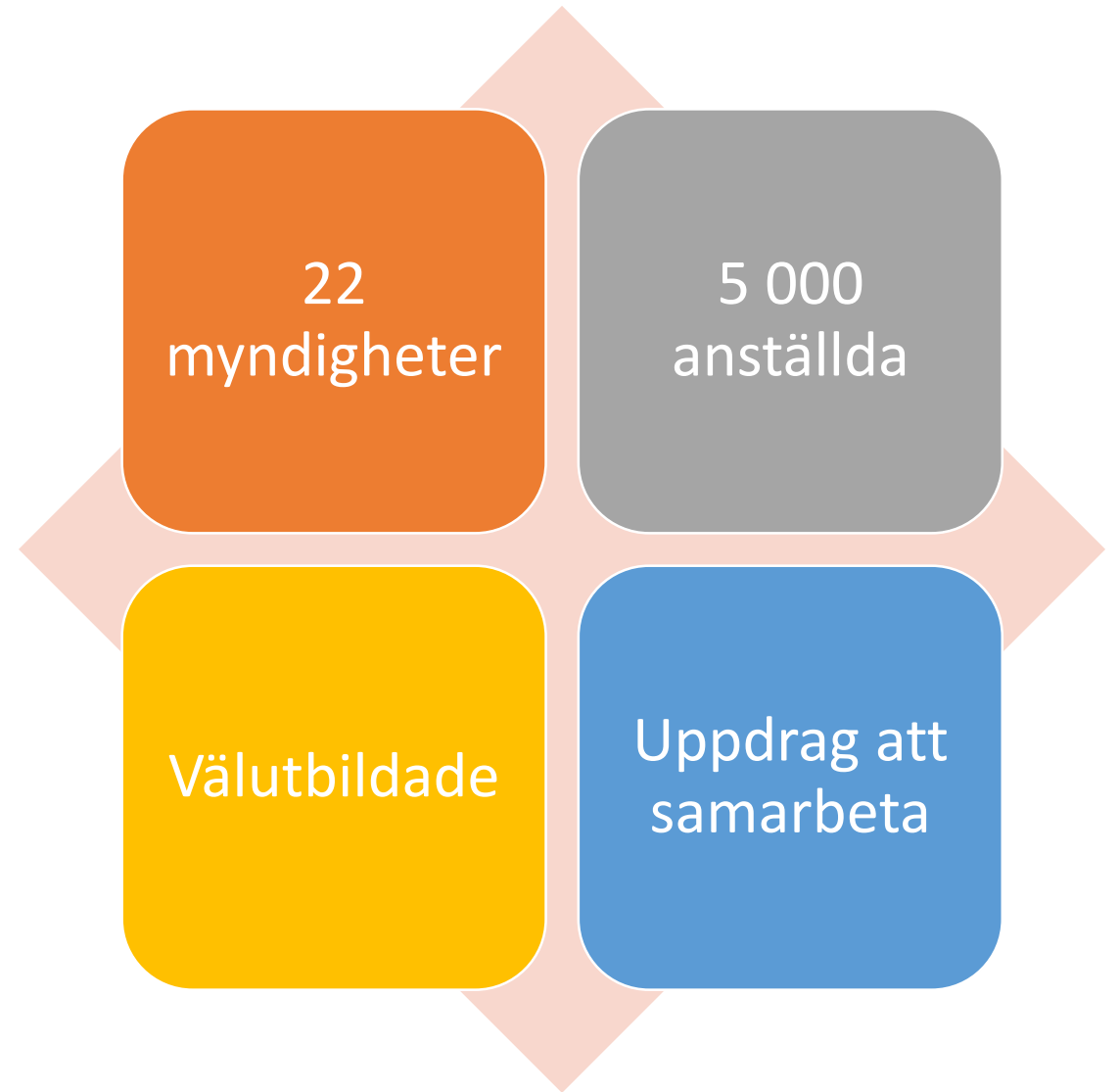


För att motverka våld mot barn

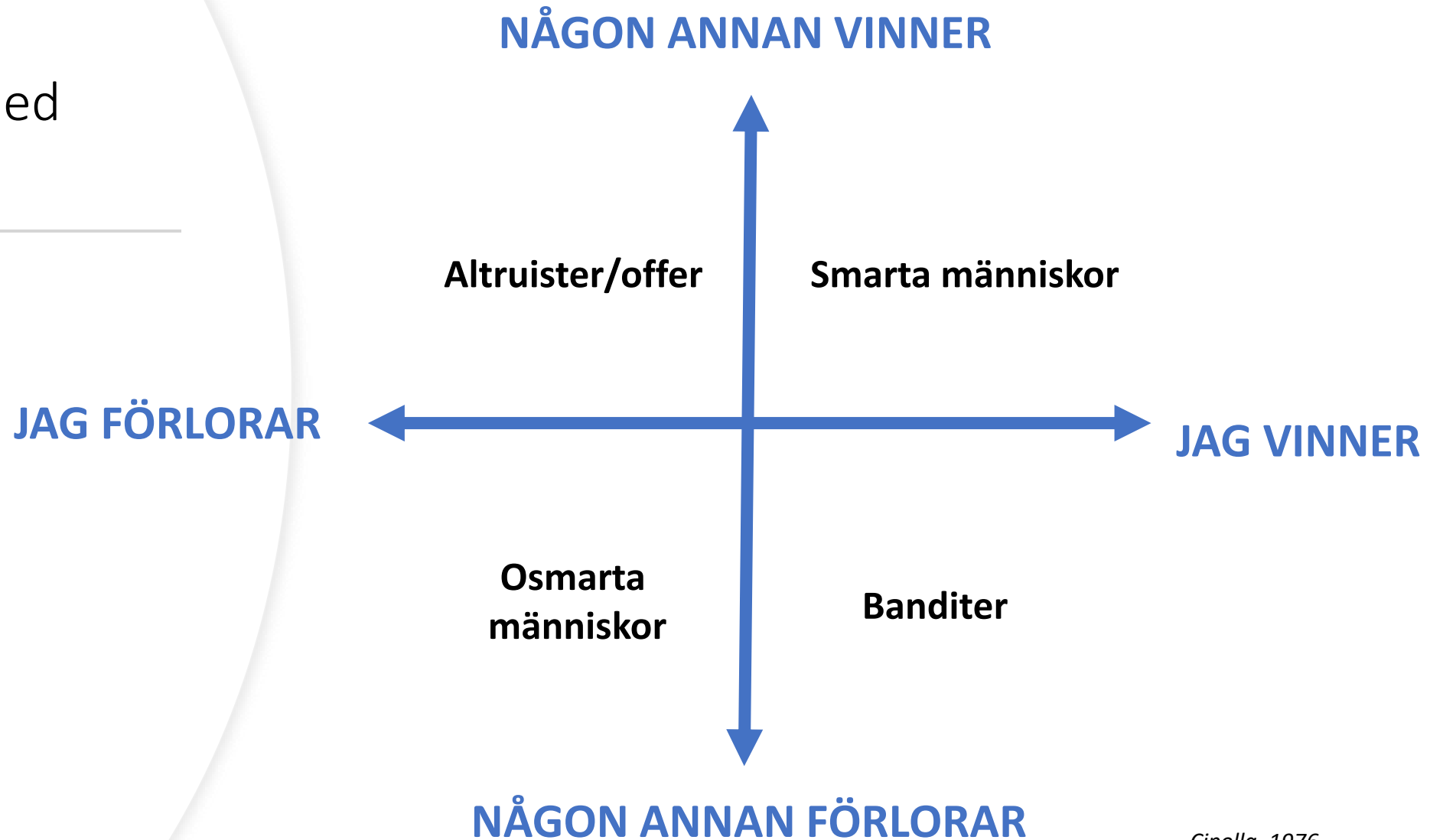
- Vilka åtgärdsområden behöver adresseras?
- Vad behöver göras?
- Vilka behöver vara med?
- Hur och när mäter vi resultat?



Kan vi lösa
något med
samarbete?



Hemligheten med samarbete





För att börja
med något
nytt...

- Unga delaktiga i problemformulering och problemlösning
- Gemensam problemanalys och inventering av redskap
- Operativt samarbete - prioriteringar
- Uppföljning och utvärdering
- Fokus på resultat snarare än aktiviteter