

Umsögn um tillögu til þingsályktunar um aðgerðaáætlun í geðheilbrigðismálum 2023-2027.

Í stefnu Alþjóðaheilbrigðisstofnunar (WHO) í geðheilbrigðismálum 2021-2025 kemur fram að leggja skuli áherslu á greitt aðgengi að gagnreyndum meðferðarúrræðum við geðheilbrigðisvanda hjá notendum í nærumhverfi þeirra og fjallað sérstaklega um mikilvægi þess **að tryggja aðgengi að gagnreyndri meðferð í fyrstu línu þjónustu (heilsugæslustöðvum) með því að auka fjármagn til þeirrar þjónustu og tryggja viðeigandi og sérhæfða mönnun á heilbrigðisstofnunum.**

Framtíðarsýnin sem núverandi tillaga um aðgerðaráætlun geðheilbrigðismálum á Íslandi til 2023-2027 byggir á er: að geðheilsa Íslendinga verði bætt með því að tryggja aðgengi að skilvirkri og notendamiðaðri geðheilbrigðisþjónustu byggt á bestu viðurkenndu þekkingu og nýsköpun. Markmiðið er að ná þeirri sýn með því að veita heildræna geðheilbrigðisþjónustu sem er samþætt og byggð á bestu mögulegu gagnreyndu meðferð, hæfingu og endurhæfingu – veitt af hæfu starfsfólki á viðeigandi þjónustustigum.

Það hlýtur að fela í sér að tryggja viðeigandi þjónustu á öllum stigum heilbrigðiskerfisins en það sem vantar í þessa aðgerðaáætlun eru fyrrnefnd áhersluatriði WHO í fyrstu línuna, heilsugæsluna:

- **aðgerð sem tryggir jafnt og greitt aðgengi notenda að gagnreyndri meðferð við algengum geðheilbrigðisvanda í fyrstu línu: nærumhverfi þeirra, á heilsugæslustöðvum, óháð aldri, fjárhagsstöðu og búsetu.**

Einn af hverjum fimm tekst á við einkenni kvíðaraskana, þunglyndis og áfallastreituröskunar og um 75% þeirra eru að glíma við væg til miðlungs einkenni. Það er sá hópur sem á að geta leitað til heilsugæslustöðvanna til þess að fá mat og gagnreynda meðferð.

Til eru mjög árangursríkar sálfræðimeðferðir sem taka stuttan tíma en virka vel til langtíma. Þær eru öruggar og árangur þeirra hefur verið vel rannsakaður enda er mælt með þeim sem fyrstu meðferð við algengum geðrænum vanda í klínískum leiðbeiningum. Samt sem áður er staðan sú á Íslandi að slík meðferð er alls ekki alltaf fyrsta meðferð sem boðið er upp á vegna skorts á stöðugildum í heilsugæslunni sem geta veitt þá sérhæfðu þjónustu.

Í stefnu og aðgerðaáætlun í geðheilbrigðismálum 2016-2019 snéri ein aðgerðin einmitt um að auka aðgengi að gagnreyndri meðferð við þessum algenga vanda. Sú aðgerð tryggði að hægt var að setja af stað og hefja uppbyggingu sálfræðiþjónustu fullorðinna á heilsugæslustöðvum á landsvísu og auka aðgengi að sálfræðiþjónustu fyrir börn á heilsugæslustöðvum. En mönnun hefur ekki verið í samræmi við þörf og því bíða hundruðir barna og fullorðinna í fleiri mánuði og jafnvel ár eftir að hefja þjónustu og eftir að hægt sé að bjóða upp á viðeigandi gagnreynd meðferðarúrræði. Notendur sem eru að glíma við vanda sem hægt væri að leysa með viðeigandi aðferðum á nokkrum vikum. Notendur sem þurfa aðeins greitt aðgengi að sérhæfðri sálfræðiþjónustu í fyrstu línu í stuttan tíma til að ná betra jafnvægi í líðan í daglegu lífi og ná að sinna daglegum skyldum. Án viðeigandi þjónustu vitum við að einkennin geta versnað og þörf fyrir dýrari úrræði eykst. Með viðeigandi þjónustu minnkar þörf fyrir annarskonar heilbrigðisþjónustu og geta til að sinna námi og vinnu eykst.

Í skýrslu ríkisendurskoðunar um geðheilbrigðisþjónustu 2022 kom einmitt fram töluverð fjölgun fólks á örorku- eða endurhæfingarlífeyri vegna geðraskana. Þar kom einnig fram að að aukin

sálfræðipjónusta á heilsugæslustöðvum hafi stórbætt þjónustu en að bið eftir þjónustu sé almennt of löng og ekki í samræmi við markmið stjórnvalda eða sjónarmið um gagnreynda meðferð.

Ef horft er til erlendra fyrirmýnda þarf um 2 meðferðaraðila á hverja 6250 íbúa til þess að hægt sé að veita viðeigandi sálfræðimeðferð við þessum algengasta vanda. Því þyrfti að tvöfalda fjölda meðferðaraðila á heilsugæslustöðvum til þess að geta náð markmiðum stjórnvalda um að tryggja aðgengi að skilvirkri og notendamiðaðri geðheilbrigðisþjónustu sem byggir á bestu viðurkenndu þekkingu og nýsköpun, veitt af hæfu starfsfólki á fyrsta stiginu – heilsugæslustöðvunum. Meðferðaraðilarnir eru til en stöðugildin vantar.

Ef ætlunin er að vinna í samræmi við áherslur alþjóðaheilbrigðisstofnunar og uppfylla markmið stjórnvalda í geðheilbrigðismálum er því mikilvægt að styðja áfram við heilsugæsluna með markvissri aðgerð um áframhaldandi uppbyggingu gagnreyntrar geðheilbrigðisþjónustu á heilsugæslustöðvum fyrir væg til miðlungs einkenni algengra geðraskananna.

Liv Anna Gunnell,

Fagstjóri sálfræðipjónustu Þróunarmiðstöðvar íslenskrar heilsugæslu