

orge: Tiltak psykisk else under pandemien

r F. Major, spesialrådgiver, dr. Philos
toppmøte psykisk helse 18 – 19 November 2021



Utfordringer og tiltak under pandemien

- Den første tiden preget av å få smitteverntiltak på plass
- Tiltak for psykisk helse utviklet seg gradvis etter hvert som utfordringene ble kjent for
 - Voksne/eldre med kjente psykiske helseutfordringer og ensomhetsproblematikk
 - Barn og unge med og uten kjente psykiske helseutfordringer
 - Befolkningen som helhet – mer ensomhet, psykiske plager og redusert livskvalitet
- Regjeringen nedsatte egen ekspertgruppe mars 2021
 - Konsekvensene av pandemien for sårbare grupper og befolkningen
 - Foreslå tiltak
- Total bevilgning til sårbare grupper 2020-2021: ca 3 mrd NOK



Foto: Robert
Hanson, Aften

Tiltak for voksne

- Utfordringsbildet
 - For lite kjennskap til situasjonen i kommunene – mangel på lavterskeltilbud og tilgang til psykisk helsevern, ensomhet
- Tiltak
 - Anbefalinger om å gjenåpne og opprettholde lavterskel aktivitets- og behandlingstilbud som ble stengt eller redusert i mars 2020
 - Ekstra bevilgninger til kommunenes arbeid overfor personer med psykiske lidelser og rusavhengighet
 - Styrket behandlingstilbud i spesialisthelsetjenesten (v/ kjøp av privat kapasitet)
 - Egen tiltakspakke for sårbare eldre (aktiviteter, ferietilbud)
 - Egen tiltakspakke for studenter
 - Styrket hjelpetelefoner



Foto: Robert Hanson, Af

Tiltak for barn og unge

- Utfordringsbildet
 - Ulike studier har gitt ulikt bilde av hvordan barn og unge har hatt det under pandemien
 - Mange har klart seg bra og også opplevd positiv påvirkning
 - Forsterkede problemer for de som i utgangspunktet hadde det vanskelig (familier med rusproblemer, økonomisk uro, vold)
- Tiltak
 - Egen direktoratsgruppe som fulgte utviklingen for sårbare barn og unge
 - Anbefalinger til helse- og omsorgstjenesten om opprettholdelse av drift
 - Tiltak for å opprettholde lavterskeltilbud til barn og unge med psykiske plager og rusproblemer
 - Styrket barne- og ungdomspsykiatriske klinikker (BUP)
 - Hjelpetelefoner og chattetjenester



Foto:Rob
Hanson, A

Tiltak rettet mot hele befolkningen

- Utfordringsbildet
 - Pandemien og smitteverntiltakene har påvirket hele befolkningens livskvalitet og psykiske helse – særlig i perioder med mange smitteverntiltak
- Regelmessige pressekonferanser med regjeringsmedlemmer og smitteverneksperter - høy grad av tillit i befolkningen
- Helsedirektoratet utarbeidet råd og anbefalinger til befolkningen om
 - hvordan man best kan ivareta psykisk helse, livskvalitet og forhindre ensomhet (FB, snapchat, nettaviser mm)
 - flere kampanjer for å gjøre rådene kjent
 - Oversatt informasjons- og kampanjemateriale til minoriteter – 14 språk



Foto:Ro
Hanson,

Tilbake til normalen:

Visste du at dette er viktig for den psykiske helsa di?

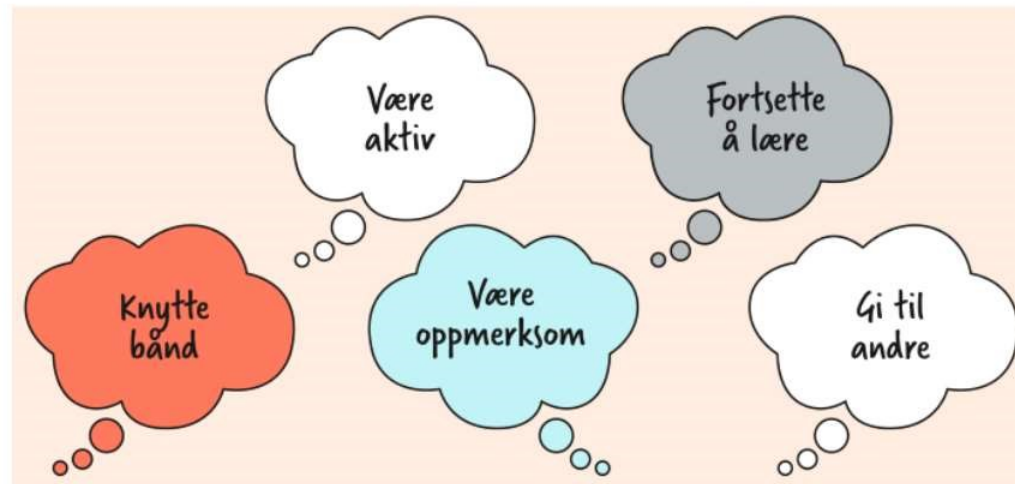
Det er spesielt fem råd du bør ha i bakhodet!



Helsenorge.no

Fem råd for økt livskvalitet og sterkere psykisk helse

Vanene dine påvirker helsa di – den fysiske så vel som den psykiske. På samme måte som du med små grep kan styrke den fysiske helsa, kan små grep også styrke den psykiske helsa.



Illustrasjon: Helsedirektoratet



Veien videre for psykisk helse

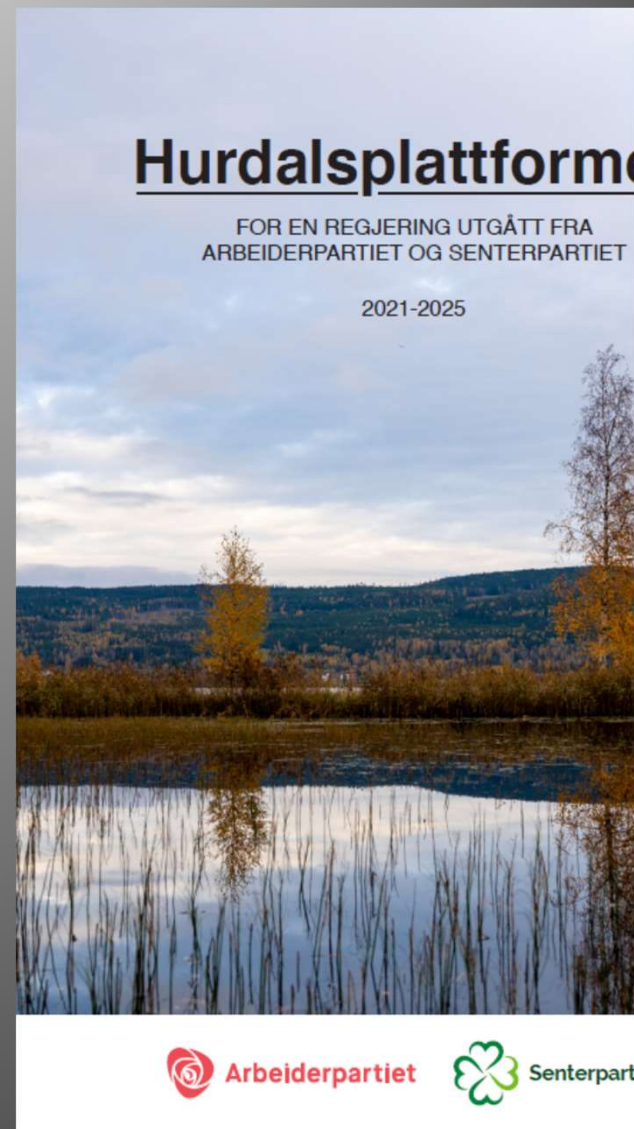
Ny opptrappingsplan for psykisk helse

- Øremerkede midler
- Vekt på kommunale tjenester
- Sikre kapasitet i spesialisthelsetjenesten
- Hindre nedbygging av sengeplasser
- Satse på barn og unge

Psykisk helse, rus og skader før og under pandemien – forskningsprosjekt med data fra Beredskapsregisteret (Beredt C19) v/ FHI

- Endringer i den psykiske helsen i befolkningen
- Endringer i bruk av helsetjenester
- Endringer i bruk av helsetjenester for ulike

innvandreregrupper



Takk



Helse- og
omsorgsdepartementet