

Skýrsla

heilbrigðisráðherra um geðheilbrigðismál og framkvæmd geðheilbrigðisáætlunar.

Í skýrslu þessari er fjallað um stöðu geðheilbrigðismála á Íslandi. Litið er til geðræktar og forvarna, skipulags þjónustu og aðgangs að gagnreyndri meðferð. Farið er yfir styrkleika og veikleika á sviði geðræktar, forvarna og geðheilbrigðisþjónustu í landinu og fjallað um helstu ógnir og áskoranir í geðheilbrigðismálum. Áhersla er lögð á tækifæri til úrbóta og áform um næstu skref til að bæta geðheilsu landsmanna og geðheilbrigðisþjónustu á landinu. Þá er lýst hvernig framkvæmd geðheilbrigðisáætlunar, sem samþykkt var á Alþingi árið 2016, hefur miðað.

1. Inngangur

Geðheilbrigði er ein af grundvallarforsendum heilbrigðis. Einstaklingar sem hafa góða geðheilsu finna fyrir andlegri vellíðan sem gerir þeim kleift að nýta hæfileika sína, njóta sín í leik og starfi, ná persónulegum markmiðum sínum, taka virkan þátt í samfélaginu á gefandi hátt og takast á uppbyggilegan hátt við það álag sem óhjákvæmilega fylgir lífinu. Geðheilbrigðismál eru víðfeðmur málaflokkur með þá sérstöðu að hafa snertiflöt við flesta þætti mannlegs lífs. Geðheilbrigði hefur áhrif á lífsgæði einstaklinga og fjölskyldna þeirra sem og samfélagsins í heild. Áhrifþættir geðheilbrigðis eru margir og til þess að efla geðheilbrigði þjóðarinnar þarf heildrænar aðgerðir og skýra stefnu stjórnvalda á sviðum geðræktar, forvarna og geðheilbrigðisþjónustu.

Mannréttindi og valdefling notenda eru í brennidepli í nútíma geðheilbrigðisumræðu. Gríðarlegar framfarir hafa átt sér stað í geðheilbrigðismálum á síðustu áratugum. Aukin áhersla á notendamiðaða þjónustu í nærumhverfi og það að minnka stofnanavæðingu eru afdráttarlaus framfaraskref. Sömuleiðis er það mikilvægt framfaraskref að áhersla er aukin á rétt fólks til geðheilbrigðisþjónustu sem vísindalega hefur verið sýnt fram á að skilar árangri. Einhver mikilvægasti skilningur sem náðst hefur í þessum málaflokki hin síðari ár er að geðheilbrigði þjóða sé ekki fyrst og fremst viðfangsefni heilbrigðiskerfisins heldur veltur það ekki hvað síst á öflugu menntakerfi, félagsmálakerfi, dómsmálakerfi, atvinnulífi, samgöngum og skipulagsmálum. Geðheilbrigðisvandi er einn stærsti heilbrigðisvandi samtímans. Um er að ræða stóran þátt í efnahagslegri byrði þjóða og talið er að sú byrði muni fara vaxandi.

Geðræn vandamál koma oft snemma í ljós og geta haft mikil og langvarandi áhrif á líf fólks. Um helmingur geðraskana er kominn fram á táningsárum og 75% geðraskana eru komnar fram þegar einstaklingar eru á þritugsaldri. Talið er að einn af hverjum fjórum muni á einhverjum tímavarki í lífi sínu glíma við geðrænan vanda. Lengi býr að fyrstu gerð og mikilvægt er að hlúa að geðheilbrigði strax í æsku með geðrækt, forvörnum og veitingu gagnreyndrar meðferðar um leið og vanda verður vart. Huga þarf sérstaklega að viðkvæmri stöðu barna sem búa við erfiðar aðstæður, þar sem foreldrar glíma við geðrænan vanda og/eða fíknivanda, til að forðast að vandinn flytjist milli kynslóða. Hraðar framfarir í

heilbrigðisvísindum gera okkur kleift að velja vísindalega raunprófaðar leiðir sem skila góðum árangri, bæði fyrir einstaklinga og samfélagið allt.

Mikil breidd einkennir geðheilsuvandamál og undirflokkar eru margir. Þrátt fyrir að ýmislegt geti verið líkt með röskunum sem falla undir geðheilbrigðisvanda er brýnt að draga fram að um mikinn eðlismun er að ræða milli sumra raskana og krefjast þær mismunandi nálgana og sérfræðipækningar. Undir geðheilsuvanda flokkast meðal annars raskanir eins og kvíði, þunglyndi, þroskaraskanir, fíknivandi og elliglöp. Áhættuþættir og þeir þættir sem vernda fólk fyrir áfengis- og vímuefnafíkn eru ekki endilega þeir sömu og fyrir einhverfu eða elliglöpum. Það gefur auga leið að sértækar forvarnir vegna fíknivanda eru ólíkar almennum forvörnum algengasta geðheilbrigðisvanda, svo sem kvíða og þunglyndi. Einkenni geðheilbrigðisvanda geta verið misalvarleg, haft mismikil áhrif á daglegt líf fólks og varað í mislangan tíma. Vandamálin geta verið allt frá alvarlegum geðsjúkdómum sem vara ævilangt til vægra einkenna sem hamla ekki verulega en fólk gæti tímabundið þurft stuðning til þess að komast yfir. Mikil tenging er milli geðheilbrigðisvanda og annars heilbrigðisvanda og getur hvor fyrir sig haft áhrif á framvindu hins, þ.e. geðheilbrigðisvandi getur flækt meðferð annars heilbrigðisvanda og öfugt. Til dæmis glímur um það bil helmingur þeirra sem haldnir eru fíknivanda einnig við annan geðheilbrigðisvanda. Þessari skýrslu er ætlað að veita yfirsýn yfir málaflokkinn og því er ekki mögulegt að fjalla sérstaklega um einstakar raskanir eða hópá.

Fagleg þekkingarmiðlun og alþjóðleg samvinna í geðheilbrigðismálum er öflug. Aukin þekking er á því hvaða leiðir virka til þess að ná árangri og stuðla að framförum í málaflokknum. Ef raunverulegur árangur á að nást í geðheilbrigðismálum þurfa þau að koma við sögu í öllum stefnum stjórnvalda, bæði á vegum ríkis og sveitarfélaga. Brýnt er að stjórnvöld, fagaðilar og notendur vinni saman þvert á kerfi. Geðrækt og forvarnir skipta þar höfuðmáli við að stuðla að auknum lífsgæðum, virkari þátttöku í lífi og starfi, hærra menntunar- og atvinnustigi og geta haft fyrirbyggjandi áhrif á þróun geðraskana. Efla þarf samfélagslegar aðgerðir sem stuðla að góðri geðheilsu yfir æviskeiðið, einkum á uppvaxtarárum barna. Einnig forvarnir á breiðum grundvelli sem og þjónustu við einstaklinga og fjölskyldur þeirra í nærsamfélaginu.

1.1. Geðrækt og forvarnir

Geðrækt miðar að því að vernda, styðja og viðhalda tilfinningalegri og félagslegri heilsu og vellíðan og efla þær aðstæður í samfélaginu sem stuðla að sem bestri sálfélagslegri virkni og líðan. Áhrifaþættir geðheilbrigðis lúta ekki aðeins að hegðun og lífi einstaklingsins heldur einnig samfélagslegum þáttum eins og menntun, atvinnu, húsnæðismálum og félags- og efnahagsstöðu. Árangursríkar aðgerðir á sviði geðræktar og forvarna kalla eðli málsins samkvæmt á samstarf þvert á málefnasvið þar sem sjónum er beint að því að skapa öruggar og uppbyggilegar aðstæður í daglegu lífi fólksins í landinu. Einkum er mikilvægt að beina sjónum að uppvaxtarskilyrðum barna þar sem sóknarfæri til að efla geðheilsu eru áberandi flest í æsku.

Mikilvægt er að hafa hugfast að góð geðheilsa og líðan byggist á ákveðinni færni og þekkingu: Þekkingu á eigin tilfinningum og færni í því að takast á við þær, þekkingu á eigin styrkleikum og veikleikum og færni í því að nýta sér þá sem best, þekkingu og skilningi á öðru fólki og færni í því að setja sig í spor annarra, færni í því að eiga góð samskipti og leysa ágreining með farsælum hætti, færni í því að takast á við erfiðleika og hindranir og svo mætti lengi telja. Slíka þekkingu og færni er hægt að kenna og ábyrgð samfélagsins liggur í því að koma börnum sem vaxa úr grasi á Íslandi til manns með þessa færni í farteskinu. Skólakerfið er eðlilegasti og ákjósanlegasti vettvangurinn til slíkrar kennslu auk þess að hafa mikilvæg

tækifæri til að finna og ná til barna sem þurfa aðstoð vegna andlegra, félagslegra og námstengdra vandamála. Næg þekking liggur fyrir um hvað þurfi að gera og hvernig til þess að geðheilbrigði barna sé vel sinnt í skólum og því á ábyrgð velferðarsamfélagsins að sjá til þess að framkvæmdin sé í samræmi við það.

Rannsóknarniðurstöður benda til þess að forvarnaráætlanir þurfi að byggjast á fræðilegum grunni; huga þurfi að félagslegum áhrifum (samfélags, foreldra og jafningja); þjálfun þeirra sem stjórna kennslunni og að betra sé að beita fjölbreytilegum, gagnvirkum aðferðum þar sem áhersla er lögð á að þjálfa upp hæfni nemenda. Styðjast beri við gagnvirkar aðferðir frekar en einstaka inn grip. Góð félagsleg tengsl, bæði í skóla og frítíma, sem og góð andleg líðan eru jafn mikilvæg atriði og þekking ungmenna á skaðlegum áhrifum vímuefna. Þekking er nauðsynleg en ekki nægjanleg ein og sér til að hafa áhrif á hegðun eða hegðunarbreytingu.

Mikilvægt er að hafa skýran skilning á áhættuþáttum og verndandi þáttum geðheilbrigðis og leggja jafna áherslu á almennar aðgerðir til að efla geðheilsu í samfélaginu, markvissar forvarnir og snemmtæk, heildstæð úrræði um leið og erfiðleika verður vart. Í því skyni er mikilvægt að öflug samvinna komist á milli ríkis og sveitarfélaga, ekki síst í málum er varða börn og unglínga. Grunnur að góðri geðheilsu er lagður í æsku og því mikilvægt að hlúa vel að börnum og fjölskyldum.

Geðrækt í heilsueflandi skólum og samfélögum.

Embætti landlæknis sinnir geðræktarstarfi á landsvísu, meðal annars í gegnum nálgun Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar (e. *World Health Organization – WHO*) um heilsueflandi leik-, grunn- og framhaldsskóla og heilsueflandi samfélög. Þar er unnið í samstarfi við sveitarfélög landsins að því að skapa umhverfi sem stuðlar að bættri geðheilsu og vellíðan íbúa á öllum aldri. Bæði sveitarfélög og skólar, sem vinna samkvæmt þessari nálgun, fá leiðsögn um hvernig skipuleggja megi umhverfi og aðstæður þannig að sem bestur stuðningur verði við jákvæða hegðun, líðan og félagslegt samneyti, hvernig efla megi seiglu og aðra færni sem stuðlar að bættri geðheilsu og betri aðgangi að snemmtækri aðstoð og stuðningi þegar á þarf að halda. Sveitarfélög landsins eru í lykilaðstöðu til að efla geðheilsu almennings í ljósi þess að þau stýra og skipuleggja umhverfi, þjónustu og starfsemi sem lýtur að daglegu lífi fólks og hefur mikla þýðingu fyrir geðheilbrigði. Má þar nefna leik- og grunnskóla, félagsþjónustu, barnavernd, húsnæðismál, atvinnumál, samgöngur og bæjar- og borgarskipulag.

Mikilvægur þáttur í stefnumótun og aðgerðum á sviði geðræktar er að fylgjast með stöðu og þróun lykilmælikvarða varðandi líðan landsmanna. Embætti landlæknis sinnir umfangsmikilli gagnasöfnun um heilsu og líðan í gegnum landskannanirnar *Heilsa og líðan Íslendinga* auk reglubundinnar vöktunar áhrifapátta heilbrigðis og vellíðanar, svo sem svefnis, streitu, hreyfingar, áfengisneyslu og einmanaleika. Með því að skilgreina lýðheilsuvísa út frá gögnum og greina niður á sveitarfélög eða heilbrigðisumdæmi er unnt að bregðast við ef fram kemur breyting á líðan þeirra sem búa á tilteknu svæði.

Þessar upplýsingar eru meðal annars nýttar við birtingu lýðheilsuvísa sem liður í því að veita yfirsýn yfir líðan og heilsu íbúa í heilbrigðisumdæmum landsins. Þetta auðveldar sveitarfélögum að greina styrk- og veikleika á sínu svæði og skilja þarfir íbúanna þannig að þau geti unnið markvissar að því að bæta heilsu og líðan.

Skólahjúkrunarfræðingar á vegum heilsugæslu í landinu starfa samkvæmt leiðbeiningum um heilsuvernd grunnskólabarna. Áhersla er lögð á heilsueflingarstarf og fræðsla er um geðrækt í öllum bekkjum grunnskólans. Hjá Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins er nú í

undirbúningi enn öflugri geðrækt, skimun fyrir geðheilsuvanda og aðgangur að snemmtækri og fyrirbyggjandi ihlutun.

Forvarnir vegna fíknivanda.

Til er stefna í áfengis- og vímuvörnum til ársins 2020. Markmið hennar er að íslenskt samfélag einkennist af heilbrigðu umhverfi þar sem einstaklingum stafar ekki hætta af notkun eða misnotkun áfengis eða annarra vímuþjófna. Meðal aðgerða er að takmarka skuli aðgang að áfengi og öðrum vímuþjófnum, vernda viðkvæma hópa fyrir skaðlegum áhrifum áfengis og annarra vímuþjófna, efla forvarnir til að hamla því að ungmenni hefji notkun áfengis og vímuþjófna, aðgerðir til að fækka þeim sem þróa með sér skaðlegt neyslumynstur, tryggja aðgang fólks með fíknivanda að samfelldri og samþættri þjónustu og draga úr skaða og reyna að fækka dauðsföllum vegna fíknivanda.

Forvarnarstarf hefur skilað góðum árangri á Íslandi því að undanfarin ár hefur dregið verulega úr notkun ungmenna á áfengi og öðrum vímuþjófnum. Á það sérstaklega við um ungmenni í grunnskólum; þar er neyslan með því minnsta sem gerist í evrópskum samanburði. Samkvæmt könnunum Rannsóknar og greiningar meðal grunnskólanema árið 2017 sögðust 5% 10. bekklinga hafa orðið ölvuð síðastliðna 30 daga (42% árið 1998), 2% prófað hass og 6% prófað marijúana. Samkvæmt könnunum Rannsóknar og greiningar þá sögðust um 18% ungmenna í framhaldsskóla hafa notað kannabis einu sinni eða oftar um ævina árið 2016 en 23% árið 2010. Þá sögðust um 38% ungmenna í framhaldsskóla hafa orðið ölvuð einu sinni eða oftar síðastliðna 30 daga árið 2016 en 55% árið 2010. Þannig hefur umtalsverður árangur náðst.

Íslendingar nota meira af ákveðnum lyfjum sem geta valdið ávana og fíkn en flestar aðrar þjófdir, einkum metylfenídatlyfjum, ópíóíðum og svefnlyfjum. Einnig eru þunglyndislyf notuð mun meira hér á landi en víða annars staðar. Ýmsar ástæður geta legið að baki þessu, svo sem hröð fólksfjölgun og hækkun meðalaldurs í landinu. Menntun og endurmenntun lækna getur leitt til annarrar lyfjaávisanavenju hér en í öðrum löndum. Enn fremur getur þetta verið vegna skipulags heilbrigðisþjónustu sem veldur því að aðgangur fólks að geðheilbrigðisþjónustu er ekki nægjanlega góður og að önnur úrræði en lyf eru fá fyrir þá sem glíma við langvarandi verki, ýmsa geðsjúkdóma og svefnleysi. Það er áhyggjuefni að á Íslandi rata lögleg lyf í ólöglega sölu og eru misnotuð af einstaklingum með alvarlegan fíknivanda í meiri mæli en þekktist í mörgum öðrum löndum. Eitt mikilvægasta verkefnið fram undan er að sporna við mis- og ofnotkun geð- og verkjalyfja í ákveðnum flokkum. Í ársbyrjun 2018 skipaði heilbrigðisráðherra vinnuhóp til að semja áætlun um aðgerðir til að sporna við of- og misnotkun umræddra lyfja.

1.2. Geðheilbrigðisþjónusta

Markmiðið með skipulagðri heilbrigðisþjónustu er að allir landsmenn eigi kost á fullkornustu heilbrigðisþjónustu sem á hverjum tíma eru tæk á að veita til verndar andlegu, líkamlegu og félagslegu heilbrigði. Jafnframt er það markmið að þjónustan sé veitt á viðeigandi þjónustustigi til að mæta þörfum sjúklinga. Á það við um geðheilbrigðisþjónustu sem og aðra heilbrigðisþjónustu.

Þjónustuþörf.

Þegar þörf fólks fyrir geðheilbrigðisþjónustu er áætluð er meðal annars miðað við tölfræði um algengi mismunandi sjúkdómaflokka og þjónustuþörf hjá þeim þjóðum sem við berum okkur helst saman við. Uppbygging heilbrigðisþjónustu þeirra þjóða er þó að mörgu leyti ólík

uppbyggingu okkar heilbrigðisþjónustu og því gefur beinn samanburður ekki endilega rétta mynd af stöðu mála hér á landi. Einnig þarf að taka til greina að þjónustubörf er mismunandi eftir þjónustustigum; hún getur verið breytileg eftir landshlutum og bæjarfélögum eða staðbundin eftir samfélagsaðstæðum, svo sem vegna kreppu eða náttúruhamfara. Ef tekst að efla geðrækt og forvarnir er vonin sú að það minnki þjónustubörf á efri stigum geðheilbrigðisþjónustu.

Þörf íbúa landsins fyrir geðheilbrigðisþjónustu hefur ekki verið metin með formlegum hætti. Sífellt er unnið að því að bæta greiningar um þjónustubörf enda er þetta ferli sem þarf að vera sveigjanlegt og taka mið af breytilegum aðstæðum. Æskilegt væri að kortleggja reglulega, með skipulögðum hætti, þörf fólks fyrir geðheilbrigðisþjónustu á landinu öllu til að geta mætt þörfinni betur.

Skipulag geðheilbrigðisþjónustu.

Landinu er skipt upp í sjö heilbrigðisumdæmi, löggæsluumdæmi eru átta, félagsþjónustusvæði 31 og svo hafa minni sveitarfélög gert með sér samkomulag eða gert samkomulag við stærri sveitarfélög um að standa sameiginlega að þjónustu við fatlað fólk. Öll þessi þjónustusvæði og stjórnásluumdæmi koma að málefnum sem snerta geðheilbrigði þjóðarinnar. Ljóst er að þessi svæði eru mismunandi sem getur torveldað samvinnu og samhæfingu geðheilbrigðisþjónustu.

Heilbrigðisþjónusta má skipta í mismunandi stig eftir verkefnum. Oft er talað um grunn-, ítar- og sérþjónustu eða fyrsta, annars og þriðja stigs þjónustu. Þrátt fyrir að bæði stjórnvöld og þjónustuaðilar skilgreini heilbrigðisþjónustu út frá þessum þjónustustigum er brýnt að átta sig á því að þessi þjónustustig eiga sér ekki stoð í lögum eða öðrum formlegum leiðbeiningum. Það býður þeim vanda heim að ákveðnir þjónustuaðilar skilgreini sjálfir hvaða stig þjónustu þeir veita. Þetta getur leitt til þess að grá svæði myndast í þjónustukeðjunni sem hafa neikvæð áhrif á þjónustuþega.

Grunnheilbrigðisþjónusta er veitt í nærumhverfi fólks, oftast á heilsugælustöð. Í grunnþjónustu er áhersla lögð á forvarnir og snemmtækar íhlutanir sem og almennar og fyrirbyggjandi aðgerðir. Skjólstæðingar eru almennt við góða geðheilsu eða glíma við algeng eða væg einkenni geðheilsuvanda. Geðheilbrigðisþjónusta er veitt á heilsugælustöðvum um land allt. Einn af hverjum þremur sem þangað leita glímir við geðheilbrigðisvanda og þeim sjúklingum er sinnt af læknum, hjúkrunarfræðingum, ljósmæðrum, sjúkraliðum og sálfræðingum, allt eftir því hvað best á við hverju sinni. Hvað börn varðar er geðheilbrigðisþjónusta einnig veitt í skólum og er þá á ábyrgð félags- og sérfræðiþjónustu sveitarfélaganna.

Ítarþjónusta er veitt á öðru stigi heilbrigðisþjónustunnar og skilgreind sem sérhæfð þjónusta við afmarkaðan skjólstæðingahóp. Þar getur verið um að ræða sérhæfð meðferðarteymi, svo sem geðheilbrigðisteymi, sérfræðinga sem starfa innan heilsugæslu eða á þroska- og hegðunarstöð. Þroska- og hegðunarstöðin starfar innan Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins en sinnir greiningum og ráðgjöf á landsvísu við börn sem þurfa aðstoð vegna frávíka í þroska, hegðun eða vegna vanlíðanar.

Allra flóknustu og erfiðustu málunum, sem ekki er hægt að leysa á grunn- og ítarstigi, er vísað til sérþjónustu á þriðja þjónustustigi. Þeirri þjónustu sinna sérhæfðar stofnanir, svo sem Landspítalinn, Sjúkrahúsið á Akureyri og Greiningar- og ráðgjafarstöð ríkisins.

Geðheilbrigðisþjónusta er jafnframt veitt á öðrum stofnunum. Þjónustan er snar þáttur í endurhæfingu og á Reykjalundi og Heilsustofnun Náttúruvæðingafélags Íslands er veitt alhliða endurhæfing og geðheilbrigðisþjónusta sömuleiðis.

Geðheilbrigðisþjónusta er einnig rekin af sjálfstætt starfandi heilbrigðisstarfsfólki, til dæmis geðlæknum, sálfræðingum, hjúkrunarfræðingum og félagsráðgjöfum, ýmist með eða án greiðsluþátttöku ríkisins.

Skipulag geðheilbrigðisþjónustu vegna fíknivanda.

Á vegum Samtaka áhugafólks um áfengis- og vímuefnavanda (SÁÁ) er veitt heilbrigðisþjónusta, endurhæfing og fræðsla vegna fíknivanda fyrir skjólstæðinga og fjölskyldur þeirra. Sjúkrahúsið Vogur er burðarásinn í heilbrigðisþjónustu SÁÁ fyrir fólk sem glímur við fíknivanda. Eftirmeðferðarstöðin Vík tekur við skjólstæðingum eftir dvöl á Vogu. Á göngudeildum SÁÁ er veitt fjölbreytt starfsemi, þar á meðal fræðsla, ráðgjöf, sálfræðiþjónusta fyrir börn foreldra með fíknivanda og fjölskyldumeðferð. Í samvinnu við Reykjavíkurborg rekur SÁÁ einnig sambýlið Vin í Reykjavík fyrir fólk með fíknivanda sem þarf á langtíma stuðningi að halda að meðferð lokinni.

Á meðferðarheimilinu Hlaðgerðarkoti er veitt heilbrigðis- og félagsþjónusta, meðal annars fyrir þá sem glíma við langvinn og alvarleg áfengis- og vímuefnavandamál en sum geðheilbrigðisvandamál krefjast einmitt lausna sem fela í sér bæði geðheilbrigðisþjónustu og félagsleg úrræði. Annað dæmi um slíkt úrræði er meðferðarheimilið Krýsuvík sem er búsetuúrræði með aðgangi að heilbrigðisþjónustu.

Geðheilbrigðisþjónusta á vegum sveitarfélaga.

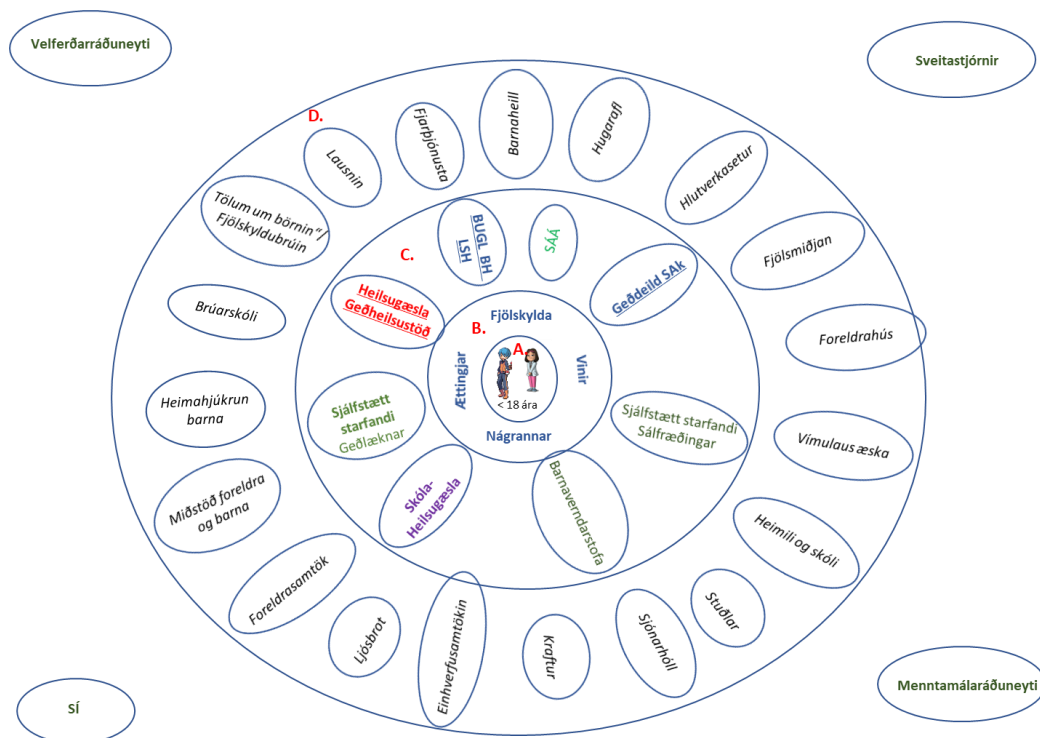
Ýmis geðheilbrigðisúrræði eru á vegum sveitarfélaga og félagsþjónustu í landinu. Sérfræðiþjónusta sveitarfélaga styður við nemendur í leik- og grunnskólum og foreldra þeirra, sem og starfsemi skóla og starfsfólk þeirra. Sérfræðiþjónustan sinnir mikilvægu forvarnarstarfi, framkvæmir mat á stöðu nemenda þegar við á og veitir ráðgjöf og stuðning við nemendur, foreldra og kennara vegna félagslegs og sálræns vanda. Barnaverndarstofa og barnaverndarnefndir sveitarfélaganna bjóða upp á ýmis úrræði, svo sem MST-fjölkjerfameðferð, fyrir unglinga sem glíma við hegðunar- og fíknivanda og fjölskyldur þeirra. PMTO-foreldrafærni (e. *Parent Management Training – Oregon*) og SMT-skólafærni (e. *School Management Training*) eru gagnreyndar leiðir til að byggja upp jákvæða hegðun og líðan barna ásamt því að draga úr vanlíðan og hegðunarerfiðleikum á heimili og í skóla. Þessi úrræði eru í boði í mörgum sveitarfélögum á landinu. Sams konar nálgun er PBS (e. *Positive Behavior Support*) sem ýmsir skólar á landinu hafa innleitt. Barnaverndarstofa rekur Barnahús þar sem boðið er upp á ýmis úrræði fyrir börn sem grunur leikur á að hafi sætt kynferðilegri áreitni eða ofbeldi. Barnaverndarstofa rekur einnig meðferðarheimilin Stuðla, Laugaland og Lækjarbakka. Reykjavíkurborg rekur Bjarkarhlíð sem er miðstöð fyrir þolendur ofbeldis 18 ára og eldri. Þar geta þolendur fengið einstaklingsviðtöl, stuðning og fræðslu hjá félagsráðgjöfum, lögreglu og lögfræðingum sem og tengingu við aðra þjónustu.

Félagsleg úrræði og starfsendurhæfing.

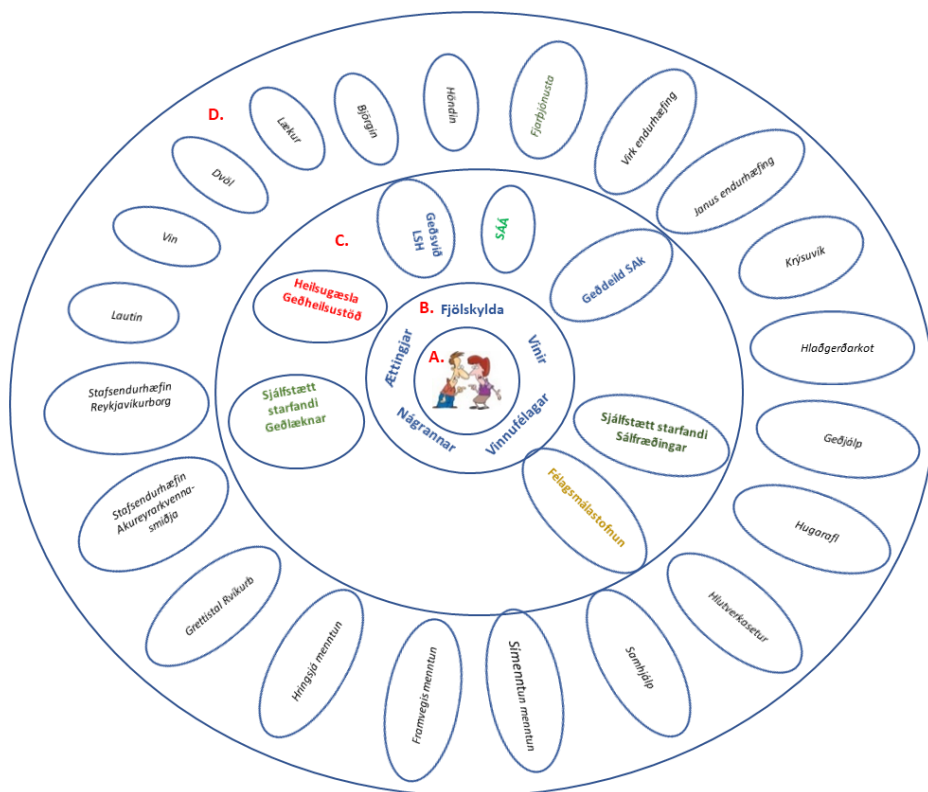
Um land allt eru ýmiss konar félagsleg úrræði fyrir einstaklinga sem glíma við geðraskanir, má þar nefna virkniúrræði, dagdvöl, félagsmiðstöðvar og þjálfun. Þessi úrræði miða að því að rjúfa einangrun, efla virkni fólks og draga úr innlögnum á geðdeildir. Starfsendurhæfingarsjóðurinn VIRK veitir meðal annars fólki með geðheilsuvanda endurhæfingu og aðstoðar það við að komast aftur út á vinnumarkaðinn.

Heildarmynd geðheilbrigðisþjónustu.

Þessi lýsing bendir til þess að einstaklingar sem þurfa á geðheilbrigðisþjónustu að halda standi frammi fyrir mörgum og mismunandi valkostum. Á mynd 1, hér fyrir neðan, má sjá framboð þjónustu fyrir börn og ungmenni sem glíma við geðrænan vanda og á mynd 2 sést framboð þjónustu fyrir einstaklinga eldri en 18 ára sem eiga við geðrænan vanda að etja. Í innstu hringjunum tveimur, A og B, er einstaklingurinn sjálfur og hans allra nánasta umhverfi. Í hring C eru þau úrræði sem einstaklingurinn, og hans nánasta umhverfi, leitar oftast fyrst til. Í hring D eru úrræði til viðbótar sem standa einstaklingnum til boða. Hreyfing getur verið á þeim úrræðum sem standa til boða í hring D; ný úrræði koma inn og önnur falla út og getur þetta því ekki verið tæmandi upptalning.



Mynd 1. Úrræði fyrir börn og ungmenni með geðraskanir og/eða fíknisjúkdóma.



Mynd 2. Úrræði fyrir fullorðið fólk með geðraskanir og/eða fiknisjúkdóma.

Hér eru í boði mörg úrræði og einstaklingurinn getur leitað beint í þau öll. Þá er ekki skilgreint verklag eða samvinna á milli þessara möguleika. Einstaklingurinn og fjölskylda hans standa því frammi fyrir mörgum valkostum sem ekki eru sambærilegir og erfitt getur verið að ákveða hvert best sé að leita til að fá úrlausn vandamála eða viðeigandi meðferð.

Aðgangur að geðheilbrigðisþjónustu.

Framboð og aðgangur að úrræðum og þjónustu fyrir börn og fullorðna með geðheilsuvanda sem og fyrir fjölskyldur þeirra er misjafn eftir landsvæðum. Flest úrræði eru í boði á höfuðborgarsvæðinu þar sem mannfjöldinn er mestur. Geðheilbrigðisþjónusta er veitt í heilsugæslu á landinu öllu en skortur er á þjónustu sérhæfðra heilbrigðisstétta víða um land. Starfsstofur sjálfstætt starfandi geðlækna eru flestar á höfuðborgarsvæðinu enda er ekki kveðið á um í samningum Sjúkratrygginga Íslands og sérfræðilækna hvar þjónustan skuli fara fram.

Gera þarf þjónustu sérfræðinga aðgengilegri utan höfuðborgarsvæðisins. Mikilvægt er að kanna kosti fjargeðheilbrigðisþjónustu sem býður upp á þá möguleika að draga úr ójöfnuði með því að auka og einfalda aðgang allra landsmanna að geðheilbrigðisþjónustu. Mörg þeirra landa sem við berum okkur saman við bjóða upp á fjölbreytta fjarheilbrigðisþjónustu. Embætti landlæknis er að leggja lokahönd á yfirlit yfir þær kröfur sem fjarheilbrigðisþjónusta þarf að uppfylla hér á landi.

2. Staða á framkvæmd lýðheilsustefnu og stefnu og aðgerðaáætlun í geðheilbrigðismálum

2.1. Lýðheilsustefna

Í lýðheilsustefnu frá árinu 2016 er lögð sérstök áhersla á börn og ungmenni að 18 ára aldri. Meginmarkmið hennar er að Íslendingar verði ein heilbrigðasta þjóð heims árið 2030 og er áhersla lögð á forvarnir og heilðræna nálgun, meðal annars með samstarfi við skóla og sveitarfélög. Lagt er upp með að öll sveitarfélög verði heilsueflandi samfélög, þ.m.t. leikskólar, grunnskólar, framhaldsskólar og vinnustaðir, og að markvissar forvarnir fari fram á sviði uppeldis- og menntunar, næringar, hreyfingar, geðræktar, tannverndar, ofbeldis- og slysavarna og áfengis-, vímu- og tóbaksvarna. Verkefni á þessu sviði hafa meðal annars fengið fjárstuðning úr Lýðheilsusjóði. Aðgerðir lýðheilsustefnu sem snúa að geðrækt og forvörnum eru meðal annars:

- 1. Að efla jákvæða, leiðandi uppeldishætti foreldra og forráðamanna barna, sex ára og yngri, með því að bjóða foreldrafærninámskeið í ung- og smábarnavernd um land allt.*

Uppeldisaðferðir foreldra og forráðamanna móta að miklu leyti hegðun, líðan og sjálfmynd barna. Á þessum fyrstu árum er þroski barnsins í sem örustum vexti og áriðandi að styðja sem mest við heilbrigð tengsl foreldra og barna. Mikilvægt er að bjóða foreldrum og forráðamönnum upp á námskeið sem byggjast á vísindalega raunprófuðum aðferðum til þess að styðja fólk í uppeldishlutverkinu og efla enn frekar góðan þroska barna, vellíðan þeirra og geðheilsu.
- 2. Að fagaðilar og foreldrar/forráðamenn barna fái aðgengilegt fræðsluefni um hvíld, skipulagða hreyfingu, útivist, næringu og geðrækt.*

Áhersla er lögð á mikilvægi skipulagðrar hreyfingar og áhrif hennar á andlega og líkamlega heilsu, á mikilvægi geðræktar, á leiðir til að efla geðheilbrigði barna og mikilvægi heilsusamlegrar næringar í skólum og heima fyrir. Vinna við þessa aðgerð er komin vel á veg og er leidd af Embætti landlæknis.
- 3. Að öll börn í leik- og grunnskólum læri um slökun hugans sem leið til að efla einbeitingu, skerpa athygli, meta líðandi stund, tileinka sér jákvæðan skýringarstíl og auka hvíld.*

Núvitundarsetrið á Íslandi hefur hlotið styrk og samþykki Vísindasiðanefndar til þess að hefja rannsókn á áhrifum núvitundarkennslu í skólum. Verið er að raunprófa íslenska útgáfu af námsefni sem síðan mun standa þeim skólum sem þess óska til boða til að kenna börnum og unglingum núvitund.
- 4. Að við stefnumótun og áætlanagerð stjórnvalda sé ávallt gætt að áhrifum aðgerða á heilsu og líðan íbúa samfélagsins samkvæmt nálgun um „Heilsu í allar stefnur“ og að lýðheilsumat liggi fyrir áður en til stjórnvaldsákvörðunar kemur.*

Hugmyndafræðin á bak við Heilsu í allar stefnur byggist á því að við stefnumótun og áætlanagerð stjórnvalda sé nauðsynlegt að gæta að áhrifum þeirra á heilsu og líðan fólks í samfélaginu. Lýðheilsumat er lýðheilsufræðileg nálgun til að meta áhrif

stjórnvaldsaðgerða á heilsu og líðan íbúanna og er mikilvægt í ákvörðunartöku um framgang aðgerða.

2.2. Stefna og aðgerðaáætlun í geðheilbrigðismálum

2.2.1. Geðrækt og forvarnir

Stefna og aðgerðaáætlun í geðheilbrigðismálum til fjögurra ára var samþykkt á Alþingi árið 2016. Eitt af markmiðum geðheilbrigðisstefnunnar er að uppeldisskilyrði barna stuðli að vellíðan þeirra, góðri geðheilsu og félagsfærni. Í aðgerðaáætlun eru tilgreindar aðgerðir til að ná fram settum markmiðum.

1. *Að koma á fót þverfaglegum teymum í nærumhverfi landsmanna sem sinna fræðslu, þjálfun, ráðgjöf og stuðningi og eftirfylgni við foreldra og fjölskyldur með það að markmiði að styðja foreldra í uppeldis- og umönnunarhlutverki sínu (B.1).*

Rannsóknir sýna að foreldrahlutverkið er einn veigamesti áhrifaþátturinn þegar kemur að geðheilsu barna. Heilbrigð tengsl og nánd milli foreldra og barna eru nauðsynleg fyrir heilbriggt upphaf í lífinu og fyrir geðheilsu, vellíðan og virkni. Vanræksla, ofbeldi og aðrar ógnir veikja aftur á móti stóðir geðheilsunnar til langframa. Því er mikilvægt að styðja foreldra í uppeldis- og umönnunarhlutverki sínu og hafa slíkar aðgerðir víðtæk áhrif á samfélagið, ná langt út fyrir eflingu geðheilbrigðis og skila sér í farsælli skólagöngu og minna brottfalli, lægri glæpatíðni og betri efnahagsstöðu. Þessi aðgerð tengist aðgerð A.1 í aðgerðaáætluninni, þ.e. að búið verði í lög að ríki og sveitarfélög geri með sér samstarfssamninga um útfærslu samþættrar þjónustu við einstaklinga með geðraskanir. Vinna við aðgerð A.1 er ekki hafin.

2. *Að setja á fót starfshóp til að gera tillögur um geðræktarstarf í skólum (B.2).*

Talið er að skólinn sé ákjósanlegasti vettvangurinn til að ná til sem flestra barna varðandi geðrækt og forvarnir. Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin mælir með því að heilsuefning í skólum fari fram með heildrænum hætti þar sem jöfn áhersla er lögð á andlega, líkamlega og félagslega vellíðan nemenda. Þetta sé hagkvæmasta leiðin til að efla bæði heilsu og námsárangur nemenda. Mikilvægt er að kortleggja hvernig geðræktarstarfi er háttað í íslenskum leik-, grunn- og framhaldsskólum og hvernig megi efla þennan þátt í skólastarfinu svo að tryggt sé að öll börn fái markvissa, gagnreynda kennslu og þjálfun á sviði atferlis-, félags- og tilfinningafærni frá upphafi skólagöngu. Þessi vinna er þegar hafin á vegum Embættis landlæknis.

3. *Skimað verði fyrir kvíða, þunglyndi og áhrifum áfalla meðal barna í efstu deildum grunnskóla og veittur viðeigandi stuðningur, fræðsla og/eða meðferð ef viðkomandi telst í áhættuhópi (B.3).*

Helmingur allra geðraskanana kemur fram fyrir 15 ára aldur og því mikilvægt að börn og unglingar fái aðstoð sem fyrst. Með því að greina vandann snemma er hægt að draga úr áhættuhegðun og vinna gegn því að vandinn ágerist og verði jafnvel viðvarandi með tilheyrandi skerðingu lífsgæða til framtíðar. Reykjavíkurborg, í samvinnu við Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins, mun hefja skimun og meðferð í samræmi við þessa aðgerð á þessu ári. Stefnit er að því að hefja einnig skimun á landsbyggðinni þegar búið er að tryggja teymisvinnu og möguleika á úrræðum.

4. *Settur verði á fót starfshópur sem geri áætlun um innleiðingu gagnreyndra aðferða til að draga úr sjálfsvígum (B.4).*

Á Íslandi falla um 40 manns á hverju ári fyrir eigin hendi og eru það fleiri en látast af völdum umferðarslysa. Vinnu starfshóps um sjálfsvígsforvarnir, undir forystu Embættis landlæknis, er lokið. Tillögur að aðgerðum byggjast á niðurstöðum vísindarannsókna, reynslu nágrannaþjóða af árangursríkum sjálfsvígsforvörnum og þeim skilningi að áhættuþættir sjálfsvíga og einnig þeir þættir sem vernda fólk gegn sjálfsvígum þróist yfir langan tíma í lífi einstaklinga og liggja ekki síst í félags- og efnahagslegum þáttum. Tillögurnar eru nú til umfjöllunar í velferðarráðuneytinu.

5. *Verkefnið „Tölum um börnin“ /Fjölskyldubrúin verði innleitt innan velferðarþjónustu (heilbrigðis-, félags- og menntakerfis) (A.4).*

Geðrænn vandi foreldra er þekktur áhættuþáttur fyrir líðan og geðheilsu barna og því mikilvægt að huga vel að börnum þeirra sem glíma við geðraskanir og/eða áfengis- og vímuefnavanda. Með því er hægt að hafa verndandi áhrif á líðan og stöðu þessara barna og draga úr líkum á því að geðheilsuvandi flytjist milli kynslóða. Verið er að kanna hvernig best sé að innleiða þetta verkefni. Þróunarsetur/Þróunarstofa heilsugæslunnar mun mögulega halda utan um þetta verkefni. En Þróunarsetrið/Þróunarstofan er miðstöð þekkingar og innleiðingar á forvörnum og nýjungum í meðferð í heilsugæslu. Aðkoma allra heilbrigðisstofana landsins að fagráði Þróunarseturs/Þróunarstofu getur tryggt að verkefni eins og þetta nýtist á landsvísu.

6. *Komið verði á reglubundinni fræðslu um geðheilsu og geðraskanir fyrir starfsfólk í félags- og heilbrigðisþjónustu og það hjálfað í einföldum ihlutunum (A.5).*

Til að unnt sé að bæta forvarnir og einfalda fyrstu meðferð er mikilvægt að auka þekkingu starfsmanna í heilbrigðis- og félagsþjónustu á vægum geðheilsuvanda sem og alvarlegum geðröskunum. Fyrirhugað er að reglubundin fræðsla verði veitt innan heilsugæslu og félagsþjónustu um geðheilsu og geðraskanir. Slíkri fræðslu verði varpað yfir netið þannig að starfsmenn annarra stofnana geti notið góðs af. Verið er að athuga hvernig þessu verði best fyrir komið og líkur eru á því að Þróunarsetur/Þróunarstofa heilsugæslunnar verði sá vettvangur sem best henti þessu verkefni.

2.2.2. Geðheilbrigðisþjónusta

Meginmarkmið geðheilbrigðisstefnunnar er að stuðla að aukinni vellíðan og betri geðheilsu allra landsmanna og að einstaklingar sem glíma við geðraskanir taki virkari þátt í samfélaginu. Lögð er áhersla á að þjónusta við einstaklinga með geðraskanir sé samþætt og samfelld. Einnig er mikilvægt að fólki verði ekki mismunað á grundvelli geðheilsu. Meðal aðgerða sem settar hafa verið fram um geðheilbrigðisþjónustu eru þessar:

1. *Bundið verði í lög að ríki og sveitarfélög geri með sér samstarfssamninga um útfærslu samþættrar þjónustu við einstaklinga með geðraskanir (A.1).*

Til þess að bæta geðheilbrigðisþjónustu er lykilatriði að samstarf þjónustuaðila og þjónustustiga verði bætt. Þeir opinberu aðilar sem að þjónustu þessari koma þurfa að

hafa með sér samstarfssamning. Á þetta við um heilbrigðisstofnanir, menntastofnanir, sveitarfélög og lögreglu. Mikilvægt er að hafa samráð við notendur og önnur frjáls félagasamtök. Það er á ábyrgð velferðarráðuneytisins að skipa starfshóp til að undirbúa þær lagabreytingar sem nauðsynlegar eru til að hrinda þessu í framkvæmd.

2. *Í samningum samkvæmt lið A.1 verði meðal annars áskilið að sett verði á fót geðheilsuteymi í samstarfi heilbrigðisþjónustu og sveitarfélaga (A.2).*

Mikilvægt er að fólk sem glímir við geðröskun, einkum þeir sem glíma við langvinnar og alvarlegar geðraskanir, hafi aðgang að þjónustu þverfaglegs teymis heilbrigðis- og félagsþjónustu, út frá metnum þörfum, sem vinnur eftir batahvetjandi hugmyndafræði og hugmyndafræði valdeflingar. Teymin þurfa að vera þverfagleg og þau þarf að setja saman á mismunandi hátt svo þau geti sem best mætt þörfum þeirra sem þau veita meðferð. Í teymunum gætu meðal annars verið sálfræðingar, geðlæknar, geðhjúkrunarfræðingar, félagsráðgjafar og iðjuþjálfar.

Hinn 1. mars 2017 fluttist Geðheilsustöð Breiðholts frá velferðarsviði Reykjavíkur til Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins. Samráðshópur lagði fram tillögur að undirbúningi þess að stofna tvö teymi til viðbótar, annað fyrir vesturhluta borgarinnar og hitt fyrir Kópavog, Hafnarfjörð og Garðabæ. Áætlað er að geðteymið í vesturborginni hefji starfsemi á fyrri hluta ársins 2018 og hitt ekki síðar en í ársbyrjun 2019. Nú þegar hefur geðteymi verið stofnað á Heilbrigðisstofnun Austurlands. Ýmiss konar geðheilbrigðisteymi eru nú þegar starfandi víða um land. Stefnt er að því að geðteymi verði starfandi í öllum landslutum árið 2020. Markmiðið er að eitt af teymunum sérhæfi sig jafnframt í þjónustu við heymarlaus og heymarskerta einstaklinga sem glíma við geðrænan vanda og reiða sig á íslenskt tákmal til samskipta.

3. *Þjónusta sálfræðinga standi til boða á heilsugæslustöðvum og heilbrigðisstofnunum sem sinna heilsugæslu í samræmi við samsetningu og stærð þjónustusvæða (A.3).*

Mikilvægt er að sálfræðiþjónusta standi landsmönnum til boða á heilsugæslu enda á heilsugæsla almennt að vera fyrsti viðkomustaður fólks í heilbrigðisþjónustunni. Sálfræðingar hjá heilsugæslunni eru í lykilstöðu til þess að greina geðheilbrigðisvanda og veita skjólstæðingum gagnreynda meðferð eftir vönduðum klínískum leiðbeiningum. Mikilvægt er að þessi þjónusta sé í boði hjá heilsugæslunni svo unnt sé að veita meðferð þegar hennar er þörf og koma þannig í veg fyrir aukinn vanda og þörf fyrir sérhæfðari úrræði. Einnig geta sálfræðingar vísað í viðeigandi úrræði eftir þörfum. Sálfræðingar eru jafnframt öflugir liðsmenn í geðheilsuteymi félags- og heilbrigðisþjónustu og þverfaglegu teymi sem sinnir fræðslu, þjálfun, ráðgjöf og stuðningi við foreldra og fjölskyldur.

Hjá heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins og í öllum heilbrigðisumdæmum landsins er nú aðgangur að gagnreyndri meðferð sálfræðinga á öllum heilsugæslustöðvum. Búið er að fjölga stöðum sálfræðinga víða á landinu og mun þeim halda áfram að fjölga samkvæmt áætlun. Mælanlegt markmið þessarar aðgerðar er að aðgangur að gagnreyndri meðferð sálfræðinga við algengustu geðröskunum, svo sem þunglyndi, kvíðaröskunum og áfallastreitu, sé á 50% heilsugæslustöðva í árslok 2017 og á 90% heilsugæslustöðva í lok árs 2019. Vinna við þessa aðgerð er á áætlun.

4. *Þjónusta á göngudeild Barna- og unglingsgeðdeildar Landspítalans (BUGL) verði eflað (A.6).*

Meðalbiðtími barna eftir þjónustu á BUGL hefur verið nokkuð langur. Því miður hefur mygla í húsnæði og veikindi starfsfólks sett strik í reikninginn. En verið er að vinna að því að leysa það. Rannsóknir hafa sýnt fram á mikilvægi þess að veita gagnreynda þjónustu sem fyrst þegar einkenni geðheilbrigðisvanda gera vart við sig í æsku; það skiptir höfuðmáli varðandi þróun einkenna og framtíðarhorfur. Því fyrir sem gripið er inn í eru meiri líkur á að styttri meðferð dugi og er það líka hagkvæmast hvað kostnað varðar. Þess vegna er mikilvægt að stytta bið eftir þjónustu og sinna þannig börnum og fjölskyldum þeirra betur.

Mælanlegt markmið aðgerðarinnar er að í lok árs 2019 verði ekki biðlistar eftir þjónustu göngudeildar BUGL. Búið er að veita fé til þessarar aðgerðar nú þegar og áform eru um frekari fjárveitingar til 2019. Vel er fylgst með stöðu biðlista eftir þjónustu göngudeildar BUGL.

5. *Settur verði á fót starfshópur sem kanni hvort fjarþjónusta gæti nýst til að veita fólki meðferð vegna geðraskana (A.7).*

Mikilvægt er að tryggja aðgang allra landsmanna að geðheilbrigðisþjónustu óháð búsetu. Í strjálbýlu landi eins og Íslandi er fjarþjónusta ein leið til þess. Hraðar framfarir hafa orðið í fjarskiptum og nú eru ýmsir möguleikar til staðar sem gætu nýst til þess að veita fjarþjónustu. Fjargeðheilbrigðisþjónusta stendur frammi fyrir sömu áskorunum og önnur fjarheilbrigðisþjónusta.

Starfshópur um fjarheilbrigðisþjónustu var skipaður af heilbrigðisráðherra í nóvember 2017. Starfshópnum var falið að skoða fjarheilbrigðisþjónustu í landinu í heild sinni og greina hvernig best færi á því að veita fjarheilbrigðisþjónustu með öruggum hætti, ásamt því að skoða ýmsar leiðir til að nýta fjarheilbrigðisþjónustu í landinu og er geðheilbrigðisþjónusta þar ofarlega í umræðunni. Starfshópurinn mun skila niðurstöðum sínum á næstu vikum.

6. *Byggð verði upp þekking á hjúkrunarheimilum til að veita öldruðu fólki með geðheilsuvanda þjónustu (A.8).*

Aldraðir einstaklingar með geðheilsuvanda hafa sumir lengi tekið geðlyf og sinnt líkamlegri heilsu illa. Þeir einstaklingar geta þurft bæði geðhjúkrun og líkamlega hjúkrun og þjónustu sérhæfðs starfsfólks á hjúkrunarheimilum. Til þess að stuðla að því að fólk fái sem besta þjónustu er mikilvægt að efla þekkingu starfsfólks á hjúkrunarheimilum á geðheilbrigðismálum aldraðra.

Mælanlegt markmið aðgerðarinnar var að 70% starfsmanna hjúkrunarheimila hefðu fengið fræðslu um umönnun aldraðs fólks með geðraskanir fyrir árslok 2017. Þessu markmiði hefur ekki verið náð en verið er að athuga hvernig þessari fræðslu verði best fyrir komið á sem aðgengilegastan hátt fyrir starfsfólk á hjúkrunarheimilum um land allt og hvernig fjarskiptatækni gæti nýst til þessa.

7. *Unnið verði að því að mæta uppsafnaðri þörf geðfatlaðs fólks fyrir húsnæði og þjónustu (A.9).*

Talsverður skortur hefur verið á sértækum búsetuúrræðum í sveitarfélögum og hefur það jafnvel komið í veg fyrir að hægt sé að útskrifa sjúklinga að meðferð lokinni. Sú staða er afar flókin og getur haft þau áhrif að lífsgæði skerðast og í verstu tilfellum

getur endurhæfing og þar með bati einstaklings gengið til baka. Samkvæmt lögum um félagsþjónustu sveitarfélaga, nr. 40/1991, og lögum um málefni fatlaðs fólks, nr. 59/1992, eru búsetuúrræði fyrir einstaklinga sem ekki geta sjálfir útvegað sér þak yfir höfuðið eða þurfa á sértækum úrræðum að halda, á ábyrgð sveitarfélaga.

Mælanlegt markmið var að sá hópur sem beið útskriftar af geðdeild árið 2016 hefði flust í viðeigandi húsnæði fyrir lok þess árs. Ekki tókst að mæta uppsafnaðri þörf geðfatlaðs fólks fyrir viðeigandi húsnæði og þjónustu fyrir árslok 2016. En góð samvinna hefur verið á milli geðsviðs Landspítalans og velferðarsviðs Reykjavíkurborgar þegar kemur að því að leysa búsetuvanda sjúklinga geðsviðs og heldur sú vinna áfram. Fulltrúar hittast reglulega og fara yfir stöðu mála og sérhæfður starfsmaður geðdeilda situr fundi úthlutunarnefndar fyrir sértæk búsetuúrræði hjá velferðarsviði Reykjavíkurborgar.

2.2.3. Fordómar og mismunur

Í stefnu og aðgerðaáætlun í geðheilbrigðismálum er fjallað um aðgerðir gegn fordómum og mismunur á grundvelli geðheilsu. Einstaklingar sem glímt hafa við geðheilsuvanda hafa í vissum tilfellum verið jafnarsettir í samfélaginu og jafnvel ranglega álitid að fólk sem einhvern tímann hefur glímt við geðröskun eigi sér ekki batavon og sé ofurselt sjúkdómnum. Einstaklingar sem hafa mætt slíkum fordómum hafa ekki fengið sömu tækifæri í lífinu og aðrir. Mikilvægt er að vinna gegn mismunur og fordómum. Fræðsla og vitundarvakning gegna lykilhlutverki í þeim efnum. Þær aðgerðir í aðgerðaáætlun í geðheilbrigðismálum sem beinast sérstaklega að fordómum og mismunur eru eftirfarandi:

1. *Fundnar verði árangursríkar aðgerðir til að minnka fordóma í garð fólks með geðraskanir (C.1).*

Í samfélaginu hefur gætt fordóma gagnvart fólki með geðheilsuvanda, bæði hjá almenningi og starfsfólki heilbrigðis- og félagsþjónustu. Áriðandi er að finna gagnreyndar leiðir til að draga úr þessu vandamáli. Undirbúningur fyrir þessa aðgerð er hafinn og á næstu vikum mun starfshópur verða skipaður sem skila mun áætlun með gagnreyndum aðferðum um hvernig unnið skuli gegn fordómum í garð fólks með geðraskanir.

2. *Settar verði fram leiðbeiningar fyrir fjölmiðla um hvernig unnt er að fjalla um geðheilbrigðismál án þess að alið sé á fordómum (C.2).*

Borið hefur á því í fjölmiðlaumfjöllun hérlendis sem erlendis þar sem fólk með geðheilsuvanda kemur við sögu, til dæmis þar sem fjallað er um ofbeldi, að kastljósinu sé beint að því að viðkomandi glími við geðröskun þrátt fyrir að fólk með geðraskanir beiti ekki oftast ofbeldi en annað fólk. Nálgunin viðheldur og ýtir undir fordóma og því skiptir miklu máli að umfjöllun fjölmiðla verði beint í farveg sem ýtir undir skilning samfélagsins á geðröskunum og gefi rétta mynd af þeim sem glíma við geðheilsuvanda. Til eru erlendar fyrirmyndir um leiðbeiningar til fjölmiðla varðandi þetta. Undirbúningur þessarar aðgerðar er hafinn og á næstu vikum verður skipað í starfshóp sem falið verður að vinna slíkar leiðbeiningar fyrir íslenska fjölmiðla.

3. *Ríki og sveitarfélög ráði fólk sem hefur lent utan vinnumarkaðar vegna langvinnra geðraskana til starfa á stofnunum sínum (C.3).*

Rannsóknir hafa sýnt að hægt er að draga úr fordómum gagnvart fólki með geðheilbrigðisvanda með beinum samskiptum þess fólks og almennra borgara sem og með þátttöku fólks með geðraskanir í atvinnulífinu. Í aðgerðaáætlun er tilraunaverkefni á opinberum vinnustöðum þar sem hlutastörf verða í auknum mæli gerð aðgengileg fyrir fólk sem hefur verið frá vinnu vegna geðraskana. Fræðsla um geðheilbrigðismál og stuðningur verði veittur á vinnustöðunum til starfsmanna og yfirmanna þeirra. Árangur verkefnisins verði mældur með mati á fordómum á vinnustöðunum í upphafi og lok verkefnisins. Vinna við þessa aðgerð er ekki hafin.

Þess ber þó að geta að verkefni Vinnuálastofnunar, Atvinna með stuðningi, er árangursrík leið fyrir þá sem hafa skerta vinnugetu vegna andlegrar og/eða líkamlegrar fötlunar til þess að fá stuðning við að finna starf við hæfi og stuðning á nýjum vinnustað.

4. *Í reglubundinni heilsufarsskoðun hælisleitenda verði lagt mat á geðheilsu þeirra (C.4).*

Hælisleitendur hafa flestir gengið í gegnum mjög erfiða lífsreynslu sem getur leitt til geðheilsuvanda. Mikilvægt er að finna þá hælisleitendur sem glíma við bráðan geðheilsuvanda þannig að hægt sé að veita þeim þjónustu án tafar. Skimanir fyrir geðheilsuvanda eru nú framkvæmdar í heilsufarsskoðun hælisleitenda sem fer fram við komu þeirra til landsins.

5. *Þekking starfsfólks í geðheilbrigðisþjónustu á réttindum sjúklinga til túlkajónustu verði aukin.*

Samkvæmt lögum um réttindi sjúklinga, nr. 74/1997, eiga sjúklingar rétt á túlkun upplýsinga þegar þeir leita sér heilbrigðisþjónustu, ef þeir tala ekki íslensku eða nota táknmál. Þetta á jafnt við um geðheilbrigðisþjónustu sem aðra heilbrigðisþjónustu. Mikilvægt er að heilbrigðisstarfsmenn séu upplýstir um þessi réttindi sjúklinga. Mælanlegt markmið var að í lok 2016 væri túlkajónusta í auknum mæli notuð í geðheilbrigðisþjónustu. Þetta átti að vera samkvæmt upplýsingum heilbrigðisstofnana og Sjúkratrygginga Íslands. Ekki liggja fyrir mælingar á þessu en kallað verður eftir upplýsingunum á næstunni.

3. **Áskoranir og næstu skref**

Geðheilbrigðismál eru víðfeðmur málaflokkur og margir þættir sem þarf að huga að við skipulag forvarna, geðræktar og þjónustu. Vitundarvakning er í samfélaginu varðandi geðheilbrigðismál sem endurspeglast meðal annars í stjórnarsáttmála ríkisstjórnarinnar. Stjórnvöld og almenningur vilja setja geðheilbrigðismál í forgang.

Með geðheilbrigðisstefnu og aðgerðaáætlun var stigið mikilvægt og jákvætt skref í átt til þess að bæta geðheilbrigðisþjónustu á landinu. Heldur sú vinna áfram í samræmi við stefnuna. Einnig liggur fyrir stefna í áfengis- og vímuevörnum til ársins 2020 og fyrirhugað er að hefja vinnu við stefnumótun í áfengis- og vímuefnaeðferð á árinu.

Forvarnir og geðrækt.

Árangur í forvörnum og geðrækt hefur náðst á síðustu árum og margt verið gert vel. Heilsugæsla og skólar sinna þar lykilhlutverki. Má þar nefna öflugna meðgöngu-, ung- og

smábarnavernd innan heilsugæslunnar, áherslu á andlega heilsu og líðan barna í aðalnámsskrá grunnskóla og að fjölbreytt geðræktarefni er til fyrir öll skólastig. Embætti landlæknis birtir árlega lýðheilsuvísu sem snúa meðal annars að geðheilsu og líðan þannig að unnt sé að fylgjast með stöðu og þróun mála innan heilbrigðisumdæmanna. Þá sér Embætti landlæknis, í samstarfi við sveitarfélög landsins, um innleiðingu heilsueflandi samfélags en í dag búa 75% landsmanna í sveitarfélögum sem hafa einsett sér að vinna samkvæmt þeirri nálgun. Í geðrækt og forvörnum eru þó einnig ákveðnar áskoranir sem takast þarf á við. Má þar nefna skýrari línur varðandi geðræktarstarf í skólum, skort á heildstæðum ramma utan um forvarnir og snemmtæka íhlutun í samræmi við þrepaskiptan stuðning í skólastarfi, skort á kennslu í menntun kennara á gagnreyndum aðgerðum til að efla atferlis-, félags- og tilfinningafærni barna og ungmenna og skort á úrræðum fyrir börn með náms-, hegðunar- eða tilfinningavanda.

Geðheilbrigðisþjónusta.

Fagleg geðheilbrigðisþjónusta er til staðar í landinu á öllum þjónustustigum og eru sjónarmið notenda höfð að leiðarljósi. Síðustu ár hefur verið unnið að því að styrkja geðheilbrigðisþjónustu við landsmenn. Á heilsugæslustöðvum um land allt hefur sálfræðingum verið fjölgað sem gerir heilsugæsluna betur í stakk búna til að taka við einstaklingum sem glíma við geðræn vandamál. Aftur á móti vantar þjónustu sérhæfðra heilbrigðisstétta víða um land sem mikilvægt er að bæta úr. Í því sambandi er æskilegt að kanna kosti fjarheilbrigðisþjónustu og hvernig tæknin getur nýst betur innan geðheilbrigðisþjónustunnar. Þá er mikilvægt að tryggja samfellu í þjónustu og að auka þverfaglega teymisvinnu. Skipulagi þjónustu og samvinnu þjónustuveitenda er ábótavant og mikil tækifæri felast í því að skipuleggja þjónustuna betur þannig að skýrt sé fyrir notendur hvaða valkostir eru í boði og hvert skuli leita. Við skipulag þjónustunnar er mikilvægt að leggja áherslu á að mæta þörfum einstaklinga og tryggja aðgang að árangursríkum meðferðarúrræðum á videigandi þjónustustigum sem og samfellu og eftirfylgni í meðferð. Hluti þess er að skýra nánar hvaða hlutverki hver þjónustuaðili gegnir og hvernig samstarfi og samvinnu skuli háttáð milli þjónustustiga og þjónustuaðila.

4. Lokaorð

Geðheilbrigði þjóðarinnar er á ábyrgð okkar allra. Við stöndum nú frammi fyrir einstökum tækifærum til framfara í geðheilbrigðismálum. Sókn á þeim vettvangi þarf að byggjast á þeirri grundvallarkröfu að mannréttindi, almennar siðareglur og siðareglur heilbrigðisstarfsfólks séu í forgrunni við veitingu geðheilbrigðisþjónustu sem og annarrar heilbrigðisþjónustu á öllum stigum. Í því felst virðing fyrir öllu fólki og rétti þess til upplýstrar þátttöku og valfrelsis hvað varðar eigin meðferð. Til þess að gera fólki kleift að taka upplýstar ákvarðanir varðandi eigin meðferð þarf það að hafa greiðan aðgang að upplýsingum um árangursríkar meðferðarleiðir sem byggjast á vísindalega raunprófuðum aðferðum. Geðheilbrigðisþjónusta mun áfram vinna eftir batahvetjandi hugmyndafræði og valdeflingu enda eru það grundvallarhugtök í nútíma heilbrigðisþjónustu. Hinu opinbera er skylt að axla ábyrgð á því að virkja geðrækt, efla forvarnir og veita almenningi geðheilbrigðisþjónustu sem hluta af almennri heilbrigðisþjónustu. Virkur samráðsvettvangur hins opinbera og notenda, um hvernig best sé að mæta þessum þörfum, er mikilvægur þáttur varðandi framfarir í heilbrigðisþjónustu.

Í framtíðinni verða menntakerfi, félagsþjónusta, dómskerfi, samgöngur, skipulagsmál, atvinnulíf og heilbrigðisþjónusta að vinna saman að því að stuðla að heilbrigðara samfélagi þar sem mannréttindi eru höfð að leiðarljósi. Skýrt verður að vera hver gerir hvað og með hvaða hætti við vinnum saman að okkar sameiginlegu markmiðum. Hvatar verða að vera

fyrirlausnamiðaðri samvinnu. Við þurfum öll að taka höndum saman sem sterkt og manneskjulegt þjóðfélag og standa vörð um geðheilbrigði okkar og barnanna okkar.

