



SUNDHEDSSTYRELSEN

# Anbefalinger til det fremadrettede arbejde med mental sundhed



4. april 2022

Jens Kristoffersen

Sundhedsstyrelsen



SUNDHEDSSTYRELSEN

# Bedre mental sundhed og styrket indsats til mennesker med psykiske lidelser

Fagligt oplæg til en 10-årsplan





# Faglige mål for den samlede indsats

- Den mentale sundhed for børn og unge er forbedret
- Mennesker med psykiske lidelser lever længere liv med mindre sygdom
- Mennesker med psykiske lidelser bliver i højere grad inkluderet og accepteret i samfundet
- Mennesker med psykiske lidelser fastholdes i job, skole og uddannelse samt tager oftere en uddannelse og får et job
- Børn, unge og voksne med tidlige tegn på eller i risiko for at få psykiske lidelser modtager en tidlig, forebyggende indsats
- Børn, unge og voksne med psykiske lidelser oplever høj kvalitet, omsorg, inddragelse og sammenhæng i indsatsen
- Børn, unge og voksne med psykiske lidelser udsættes for mindre tvang og magtanvendelse
- Mennesker med psykiske lidelser og samtidigt misbrug får en mere sammenhængende og effektiv behandling og flere lykkes med ophør af misbrug
- Færre mennesker med psykiske lidelser får en behandlingsdom for kriminalitet
- Pårørende får oftere den støtte, de har behov for, og deres ressourcer bruges mere aktivt i indsatsen

# Faglige mål for den samlede indsats

- **Den mentale sundhed for børn og unge er forbedret**
- Mennesker med psykiske lidelser lever længere liv med mindre sygdom
- Mennesker med psykiske lidelser bliver i højere grad inkluderet og accepteret i samfundet
- Mennesker med psykiske lidelser fastholdes i job, skole og uddannelse samt tager oftere en uddannelse og får et job
- **Børn, unge og voksne med tidlige tegn på eller i risiko for at få psykiske lidelser modtager en tidlig, forebyggende indsats**
- Børn, unge og voksne med psykiske lidelser oplever høj kvalitet, omsorg, inddragelse og sammenhæng i indsatsen
- Børn, unge og voksne med psykiske lidelser udsættes for mindre tvang og magtanvendelse
- Mennesker med psykiske lidelser og samtidigt misbrug får en mere sammenhængende og effektiv behandling og flere lykkes med ophør af misbrug
- Færre mennesker med psykiske lidelser får en behandlingsdom for kriminalitet
- Pårørende får oftere den støtte, de har behov for, og deres ressourcer bruges mere aktivt i indsatsen

1. Lighed og afstigmatisering
2. Viden, udvikling og stærke faglige miljøer
3. **Mental sundhedsfremme**
4. **Børn og unge**
5. **Tidligere indsatser for voksne**
6. Udredning og behandling
7. Retspsykiatri
8. Socialpsykiatri
9. Sammenhæng

# Anbefalingerne

1. En langsigtet indsats for afstigmatisering med nationalt videnscenter, ambassadørkorps og handlingsplan.
2. Udbredelse af forebyggende tilbud ift. kendte risikofaktorer for somatisk sygdom målrettet mennesker med psykiske lidelser.
3. Styrket udredning og behandling af somatisk sygdom blandt mennesker med psykiske lidelser.
4. En nationale handleplan for forebyggelse af selvmord og selvmordsforsøg.
5. Implementering af "National forskningsstrategi til gavn for mennesker med psykiske lidelser" og styrket registrering og anvendelse af data.
6. Opbygning af tværfaglige grupper til at understøtte faglig udvikling og kvalitetsarbejde.
7. Mental sundhedsfremme styrkes i svangreomsorgen, dagtilbud og skoler
8. Oplysningsindsatser om mental sundhed i befolkningen og målrettet arbejdspladser.
9. Systematisk indsats for mental sundhedsfremme til mennesker med psykiske lidelser på sygehuse og i socialpsykiatrien.
10. Tidlig opsporing af børn og unge med psykisk mistrivsel og psykiske lidelser.
11. Opbygning af et lettilgængeligt tilbud i kommunerne til børn og unge med psykisk mistrivsel af ensartet høj kvalitet.
12. Øget kvalitet i behandlingen til børn og unge med svære psykiske lidelser gennem tværfaglige, udgående funktioner og forløbsbeskrivelser.
13. Etablering eller udbygning af eksisterende specialiserede sociale tilbud til børn og unge med svære psykiske lidelser.
14. Opbygning af lettilgængeligt tilbud til kommunerne af ensartet høj kvalitet til unge og voksne i psykisk mistrivsel.
15. Systematisk og målrettet opsporing af mennesker med psykiske lidelser i almen praksis og kommuner.
16. Let og hurtig adgang til akutte psykiatriske tilbud og mennesker med akut opstået eller akut forværret psykisk lidelse, og styrkelse af de udgående akutte funktioner.
17. Udarbejdelse og systematisk implementering af ny specialvejledning skal løfte kvaliteten for de sværest syge og mest komplekse patienter i det psykiatriske sygehusvæsen.
18. Bedre organisering af den specialiserede behandling for de sværest syge gennem udbygning af differentierede og specialiserede sengepladser.
19. National satsning og høj kvalitet i digitale løsninger og tilbud.
20. Udvikling og implementering af nationale forløbsbeskrivelser skal løfte kvaliteten i den samlede indsats.
21. Udbredelse af udgående specialiserede tværfaglige funktioner til mennesker med svær psykisk lidelse.
22. Ambitiøse målsætninger for nedbringelse af tvang og styrket indsats for kvalitet og forebyggelse af tvang gennem nationalt.
23. Et kvalitetsløft til mennesker med psykiske lidelser og samtidigt misbrug gennem et samlet og integreret behandlingstilbud.
24. Opbygning af et lettilgængelige, evidensbaseret behandlingstilbud til voksne med lettere til moderate psykiske lidelser.
25. En styrket støtte og inddragelse af pårørende til mennesker med psykiske lidelser.
26. Der foretages en gennemgang af den lovgivning. Der regulerer retspsykiatrien, herunder straffelovens bestemmelser.
27. Styrkede faglige rammer for indsatserne til retspsykiatriske patienter med henblik på korrektvisitation til behandling.
28. Opbygning og omlægning af kapaciteten i socialpsykiatrien, så der er de tilstrækkelige og tilgængelige vidensbaserede tilbud, samtidig med at der sker en udbredelse af fleksible tilbud, der møder de varierende behov, som mennesker med psykiske lidelser har.
29. Kvaliteten i sagsbehandlingen på voksenområdet styrkes, så mennesker med psykiske lidelser modtager det sociale tilbud, som bedst hjælper dem til at komme sig.
30. Der iværksættes et eftersyn af servicelovens voksenbestemmelser i forhold til, om de effektivt understøtter mennesker med psykiske lidelser i at komme sig.
31. Et bredt og ensartet kvalitetsløft af hele socialpsykiatrien gennem en national udviklingsstrategi
32. Et bredt uddannelses- og kompetenceløft af socialpsykiatrien og en styrket rekruttering.
33. En øget specialisering af socialpsykiatriske indsatser til mennesker med de sværeste psykiske lidelser og mest komplekse problemer
34. Udvikling og udbredelse af opsøgende gadeplansarbejde til mennesker med de sværeste psykiske lidelser og komplekse sociale problemer.
35. Etablering af et stærkt myndighedssamarbejde som understøtter en sammenhængende indsats til mennesker med psykiske lidelser..
36. En styrket koordination af det samlede forløb for mennesker med psykiske lidelser med faste kontaktpersoner og koordinatore i alle sektorer.
37. Bedre digital understøttelse af sammenhængende forløb.



# Alle anbefalingerne

1. En langsigtet indsats for afstigmatisering med nationalt videnscenter, ambassadørkorps og handlingsplan.
2. Udbredelse af forebyggende tilbud ift. kendte risikofaktorer for somatisk sygdom målrettet mennesker med psykiske lidelser.
3. Styrket udredning og behandling af somatisk sygdom blandt mennesker med psykiske lidelser.
4. En nationale handleplan for forebyggelse af selvmord og selvmordsforsøg.
5. Implementering af "National forskningsstrategi til gavn for mennesker med psykiske lidelser" og styrket registrering og anvendelse af data.
6. Opbygning af tværfaglige grupper til at understøtte faglig udvikling og kvalitetsarbejde.
7. Mental sundhedsfremme styrkes i svangreomsorgen, dagtilbud og skoler
8. Oplysningsindsatser om mental sundhed i befolkningen og målrettet arbejdspladser.
9. Systematisk indsats for mental sundhedsfremme til mennesker med psykiske lidelser på sygehuse og i socialpsykiatrien.
10. Tidlig opsporing af børn og unge med psykisk mistrivsel og psykiske lidelser.
11. Opbygning af et lettilgængeligt tilbud i kommunerne til børn og unge med psykisk mistrivsel af ensartet høj kvalitet.
12. Øget kvalitet i behandlingen til børn og unge med svære psykiske lidelser gennem tværfaglige, udgående funktioner og forløbsbeskrivelser.
13. Etablering eller udbygning af eksisterende specialiserede sociale tilbud til børn og unge med svære psykiske lidelser.
14. Opbygning af lettilgængeligt tilbud i kommunerne af ensartet høj kvalitet til unge og voksne i psykisk mistrivsel.
15. Systematisk og målrettet opsporing af mennesker med psykiske lidelser i almen praksis og kommuner.
16. Let og hurtig adgang til akutte psykiatriske tilbud og mennesker med akut opstået eller akut forværret psykisk lidelse, og styrkelse af de udgående akutte funktioner.
17. Udarbejdelse og systematisk implementering af ny specialvejledning skal løfte kvaliteten for de sværest syge og mest komplekse patienter i det psykiatriske sygehusvæsen.
18. Bedre organisering af den specialiserede behandling for de sværest syge gennem udbygning af differentierede og specialiserede sengepladser.
19. National satsning og høj kvalitet i digitale løsninger og tilbud.
20. Udvikling og implementering af nationale forløbsbeskrivelser skal løfte kvaliteten i den samlede indsats.
21. Udbredelse af udgående specialiserede tværfaglige funktioner til mennesker med svær psykisk lidelse.
22. Ambitiøse målsætninger for nedbringelse af tvang og styrket indsats for kvalitet og forebyggelse af tvang gennem nationalt.
23. Et kvalitetsløft til mennesker med psykiske lidelser og samtidigt misbrug gennem et samlet og integreret behandlingstilbud.
24. Opbygning af et lettilgængelige, evidensbaseret behandlingstilbud til voksne med lettere til moderate psykiske lidelser.
25. En styrket støtte og inddragelse af pårørende til mennesker med psykiske lidelser.
26. Der foretages en gennemgang af den lovgivning. Der regulerer retspsykiatrien, herunder straffelovens bestemmelser.
27. Styrkede faglige rammer for indsatserne til retspsykiatriske patienter med henblik på korrektvisitation til behandling.
28. Opbygning og omlægning af kapaciteten i socialpsykiatrien, så der er de tilstrækkelige og tilgængelige vidensbaserede tilbud, samtidig med at der sker en udbredelse af fleksible tilbud, der møder de varierende behov, som mennesker med psykiske lidelser har.
29. Kvaliteten i sagsbehandlingen på voksenområdet styrkes, så mennesker med psykiske lidelser modtager det sociale tilbud, som bedst hjælper dem til at komme sig.
30. Der iværksættes et eftersyn af servicelovens voksenbestemmelser i forhold til, om de effektivt understøtter mennesker med psykiske lidelser i at komme sig.
31. Et bredt og ensartet kvalitetsløft af hele socialpsykiatrien gennem en national udviklingsstrategi
32. Et bredt uddannelses- og kompetenceløft af socialpsykiatrien og en styrket rekruttering.
33. En øget specialisering af socialpsykiatriske indsatser til mennesker med de sværeste psykiske lidelser og mest komplekse problemer
34. Udvikling og udbredelse af opsøgende gadeplansarbejde til mennesker med de sværeste psykiske lidelser og komplekse sociale problemer.
35. Etablering af et stærkt myndighedssamarbejde som understøtter en sammenhængende indsats til mennesker med psykiske lidelser..
36. En styrket koordination af det samlede forløb for mennesker med psykiske lidelser med faste kontaktpersoner og koordinatore i alle sektorer.
37. Bedre digital understøttelse af sammenhængende forløb.

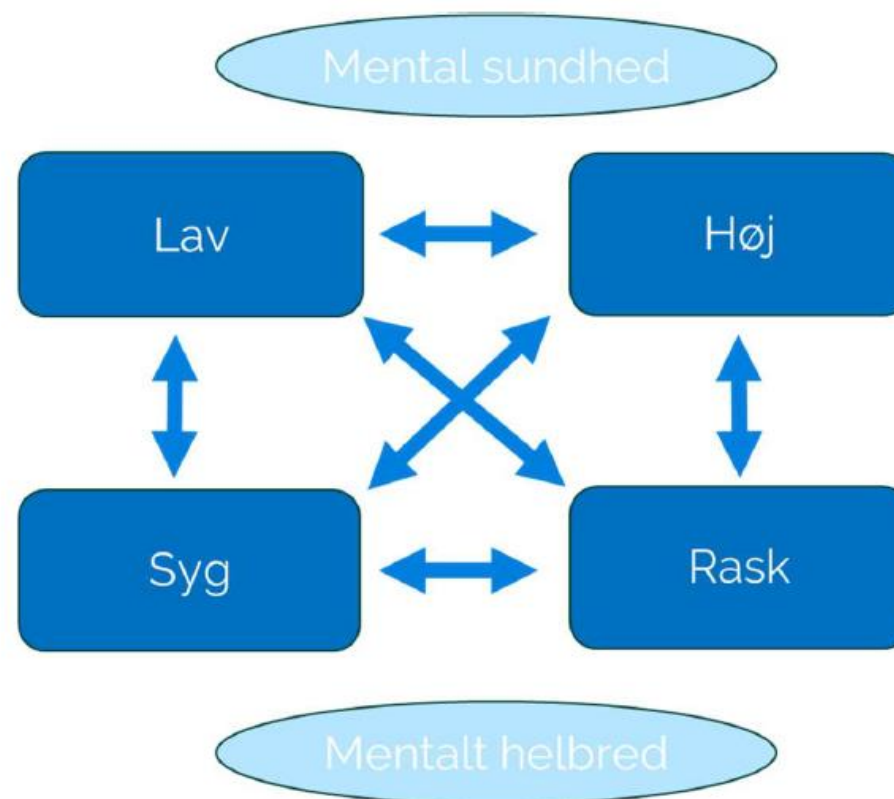
# Et mental sundheds perspektiv

En tilstand af trivsel

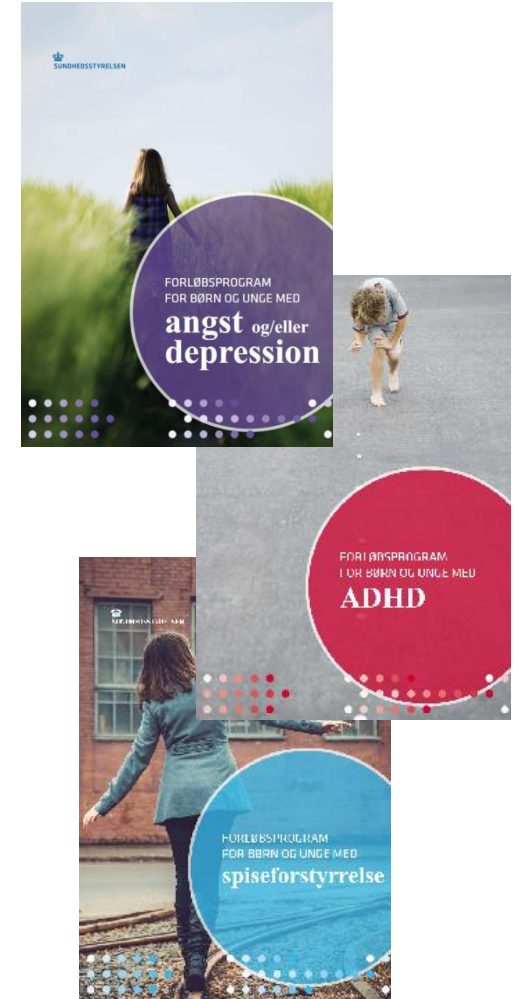
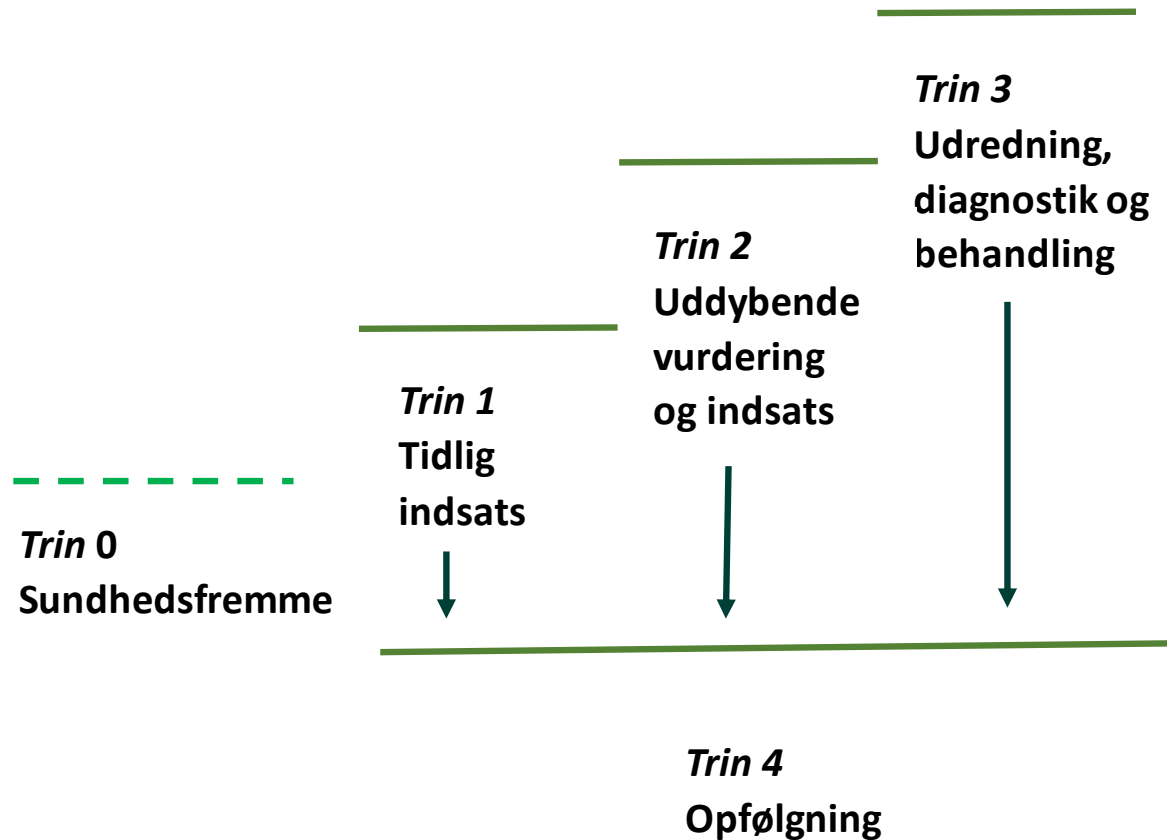
- hvor individet er i stand til at udfolde sit eget potentiale
- kan håndtere dagligdagens udfordringer og stress
- og indgå i sociale fællesskaber.

Hos barnet læges der vægt på

- en positiv opfattelse af egen identitet,
- evnen til at håndtere tanker og følelser,
- opbygge sociale relationer
- samt deltage i læring.



# Forløbsprogrammer og Stepped-care modellen





# Sundhedsfremmende og forebyggende anbefalinger

**7. Mental sundhedsfremme styrkes i svangreomsorg, dagtilbud og skoler.** Mental sundhedsfremme styrkes hos børn og unge gennem en handlingsplan for dagtilbud, skoler og ungdomsuddannelser, og eksisterende anbefalinger ift. den tidlige indsats til familier implementeres til fulde.

**8. Oplysningsindsatser om mental sundhed i befolkningen og målrettet arbejdspladser.** Gennem oplysningsindsatser udbredes viden om mental sundhed, og hvordan man bedst fremmer og beskytter den mentale sundhed i befolkningen. Ligeledes iværksættes oplysning og rådgivning om mental sundhed og stressforebyggelse målrettet arbejdspladser.

**9. Systematisk indsats for mental sundhedsfremme til mennesker med psykiske lidelser på sygehuse og i socialpsykiatrien.** Indsatser til at understøtte mental sundhedsfremme blandt mennesker med psykiske lidelser udbredes, og der opbygges bedre muligheder for at indgå i meningsfulde aktiviteter og positive fællesskaber.

**10. Tidlig opsporing af børn og unge med psykisk mistrivsel og psykiske lidelser.** Indsatser skal understøtte systematisk opsporing af børn og unge med psykisk mistrivsel og symptomer på psykiske lidelser. Der er behov for øget viden og kompetencer ift. psykiske lidelser blandt udvalgte fagpersoner tæt på børn og unge, og der bør tages udgangspunkt i allerede eksisterende forsøg med systematisk opsporing med anvendelse af validerede opsporingsværktøjer.

**11. Opbygning af lettilgængeligt tilbud i kommunerne til børn og unge med psykisk mistrivsel af ensartet høj kvalitet.** Med afsæt i nationale faglige rammer afprøves og efterfølgende udbredes et samlet lettilgængeligt tilbud med én indgang og klare faglige rammer målrettet børn og unge med mistrivsel og psykiske symptomer som fx angst eller nedtrykthed. Tilbuddet skal indeholde mulighed for udredning og lettere behandlingstilbud.

# Mental sundhedsfremmende (og forebyggelse)

- Opmærksomhed på kvaliteten i Dagtilbud og børnenes vilkår for trivsel, læring og udvikling.
- Skolebaserede programmer der fremmer mental sundhed
- Fremme af mental sundhed til mennesker med psykisk lidelse på sygehus og i Socialpsykiatrien (herunder også understøttende arbejde i forhold til fysisk sundhed og livsstilændringer)
- Lettilgængelige tilbud i kommuner til børn og unge med psykisk mistrivsel
- KOMBU – Kompetencecenter for børn og unge som pårørende til mennesker med psykiske lidelser.
- Svangreomsorgen, De første 1.000 dage + First 1.000 Days (nordisk perspektiv)
- Forældresite / forældre kampagne
- Center for sundhed og digitale medier
- Ungdomsmøtninger

**Sundhedsfremmemodel**  
(National Academies of Sciences Engineering Medicine)

