Stockholms läns landsting

miljöpartiet de gröna

MOTION

2017-05-09

Ankom
Stockholms läns landsting
2017 -05- 09
Dnr LS2017-0733

2017:19

Motion av Bengt Annebäck (MP) om behovet av att skapa ett utbildnings-, behandlings- och forskningscentra för alternativa kostnadseffektiva psykoterapimetoder

Den psykiska ohälsan ökar särskilt bland unga. Den kraftiga ökningen av sjukskrivningar utgörs nästan enbart av psykisk ohälsa. Det handlar om diagnoser som stressyndrom, ångestsyndrom , depressioner och långvarig kronisk värk. De brukar kallas "lättare psykisk ohälsa", men många patienter är svårt sjuka och kan under flera år vara helt oförmögna att arbeta. Många riskerar långvarig passiviserande sjukskrivning om de inte får hjälp i ett tidigt skede. De allra flesta hamnar i primärvården, som dock ofta saknar kunskaper, tid och resurser för att ge adekvat hjälp. Många vårdcentraler saknar fortfarande psykologer och de som finns arbetar vanligtvis med individuell behandling, vilket är viktigt men dyrt och tidskrävande.

Personalen i primärvården är pressad av stress och dålig arbetsmiljö, och patienter med depression och utmattningssyndrom utgör för många allmänläkare en belastning eftersom de kräver mycket tid och kraft. Medicinering är sällan tillräcklig behandling och de allra flesta vårdcentraler saknar resurser för kostnadseffektiva evidensbaserade gruppbehandlingar.

För svåra besvär av utmattningssyndrom och långvarig smärta finns i Stockholm multimodala välutrustade team som arbetar inom avtalsformen vårdval, men de utför en kostsam vård som ska reserveras för svåra fall. Patienter med svårare psykisk ohälsa, samsjuklighet och suicidbenägenhet kan remitteras till psykiatrisk specialistvård. En allt större del av resurserna där går till ett ökande antal patienter med posttraumatisk stress och till neuropsykiatriska utredningar.

Det är angeläget att öka det förebyggande arbetet i primärvården. Det finns alternativa behandlingsmetoder, som har evidensbaserad effekt och saknar biverkningar. De är dessutom billigare än kvalificerad individuell psykoterapi och kan användas inom både specialistpsykiatrin och primärvården.

En ökande mängd forskning visar att manualiserad mindfulness i form av åttaveckors gruppträning (MBSR) och (MBKT) minskar stressymtom , sömnstörningar och återfall i depression. Risken för återfall i depression efter en allvarlig depressionsepisod har obehandlad bedömts till 50-80 procent, och välgjord forskning visar att MBKT kan förhindra återfall i depression lika effektivt som mediciner. En nyligen publicerad studie från Lunds universitet har visat att mindfulnessträning i grupp är lika effektiv vid depressioner som individuell KBT. Det är viktigt att veta att forskningsresultaten grundar sig på de former av mindfulness som leds av välutbildade

instruktörer med lång egen erfarenhet av meditation. De mindfulnessbaserade behandlingar, som nu börjar dyka upp på mottagningarna är ofta "lightvarianter", som bedrivs av snabbutbildade terapeuter utan tillräcklig kunskap om hur metoden ger avsedd effekt. Den offentliga finansierade psykiatriska sjukvården ska givetvis erbjuda evidensbaserad behandling.

Vi vill att primärvården inför evidensbaserade gruppbehandlingsmetoder, såsom MBSR eller MBKT eller liknande gruppbehandling mot stress och ångest, depressioner och sömnstörningar för att möta den växande psykiska ohälsan. Specialistpsykiatrin bör också kunna införa beforskade gruppträningsmetoder. Sjukvården bör också kunna utveckla nya liknande modeller för patienter med till exempel PTSD, tvångssyndrom, fobier, ADD, ADHD och sömnstörningar. För detta behövs forskning.

Vi vill att landstinget uppdrar till en psykiatrisk mottagning att specialisera sig på att bedriva gruppbehandling med redan evidensbaserade metoder, med välutbildade erfarna terapeuter. Mottagningen ska också ansvara för att sprida kunskapen i landstinget genom att utbilda nya instruktörer och gruppterapeuter. Erfarna instruktörer i evidensbaserade mindfulnessmetoder ska också få i uppdrag att utveckla manualiserade metoder för diagnosgrupper där det ännu inte finns evidens för behandlingarnas effekt.

Miljöpartiet föreslår Landstingsfullmäktige besluta

att utreda möjligheterna uppdra till en psykiatrisk mottagning eller vårdenhet att med hjälp av utbildade och erfarna instruktörer/ terapeuter specialisera sig på bedriva kostnadseffektiva evidensbaserade gruppbehandlingar såsom MBSR och MBKT.

att till denna enhet tillföra resurser för forskning för att utveckla effektiva metoder för nya behandlingar för patienter med till exempel ADHD och PTSD (posttraumatiskt stressyndrom) och stressyndrom med samsjuklighet med långvariga smärttillstånd samt sömnstörningar.

att utreda hur ersättningssystemen kan främja att landstinget erbjuder fler evidensbaserade gruppbehandlingar.

Bengt Annebäck