

Til
Helse- og omsorgsministeren
Helse- og omsorgsdepartementet

Ny opptrappingsplan for psykisk helse

Vi viser til møte i departementet 13. mai 2022 om ny opptrappingsplan for psykisk helse.

Her følger skriftlig innspill. Dette brevet inneholder

- A. LPPs innlegg i departementet 13. mai, og
- B. LPPs notat vedrørende konkrete innspill til opptrappingsplanen innen psykisk helse

A. Innlegg om den nye opptrappingsplanen

Takk for at LPP ble invitert til dette møtet.

LPP har konkrete forslag om hva som kan inngå i opptrappingsplanen, og dette vil vi utdype i et notat som vil bli sendt innen den 27. mai.

I dette innlegget vil LPP fokusere på tre overordnede forhold som er viktige for å gjøre den nye opptrappingsplanen vellykket.

1. Målet med opptrappingsplanen må presiseres. Vi mener at målet må være mer enn å stoppe nedbygging av sengeplasser, lage nye tilbud, flere stillinger, osv. **Målet må være at norsk psykisk helsevern må fungere bedre enn i dag.**

Norsk helsevern må fungere bedre innen samhandling, gi bedre tilpasset behandling for den enkelte pasient, og ledelsen må forbedres i mange ledd. Vi mener at norsk helsevesen har et stort forbedringspotensial innen ledelse for å sikre følgende verdier:

- at enhver kontakt med pasienter skal skje med respekt for pasientens menneskeverd,
- at det skal være omsorg for pasientens behov, og
- å skape trygghet for pasienten.

Ansatte innen psykisk helsevern har fått stor makt av samfunnet og dette må utøves med ydmykhet for å hjelpe en person som er i eksistensiell krise. Ledelsen må sørge for at respekt, omsorg og trygghet er verdier som gjennomsyrrer kulturen i avdelingene. Dette er utgangspunktet for kontakt med den enkelte pasient og kontakt med de pårørende.

Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse

Adresse: Apotekergt. 10B, 0180 Oslo

Telefon: 21 07 54 33 | E-post: lpp@lpp.no | www.lpp.no

Organisasjonsnr: 976 785 029

Mental health carers Norway

Ledelsen i alle nivåer må fokusere på samhandling, slik at pasientene ikke blir utskrevet til ingen ting, uten tilbud og uten oppfølging, for bare å komme tilbake som svingdørspasienter.

Hvert foretak skal ha et internt kvalitetssikringssystem som sørger for at foretakets verdigrunnlag overholdes, og at lov og regler fra helsemyndigheter implementeres og følges.

2. Det andre som er viktig, er å lære av den forrige opptrappingsplanen som ble avsluttet i 2009. Da planen var ferdig, opphørte øremerking av de store midlene som skulle brukes innen psykisk helse. LPP mener at øremerking bør fortsette etter at planen er ferdig, slik at resultatene fra planen ikke forvitrer og blir borte.
3. Det tredje punktet er at psykisk helsevern må benytte seg av de pårørendes kunnskap. I mange tilfeller kan de pårørendes spesialkunnskap hjelpe behandleren til å finne frem til et positivt behandlingsforhold med pasienten. Dessverre blir de pårørende fortsatt ofte sett på som en del av problemet, istedenfor en del av løsningen. De pårørende er en ressurs som svært ofte ikke blir benyttet av behandleren. De pårørende har også behov som må dekkes i opptrappingsplanen.

Disse tre punktene som jeg har nevnt krever ikke store økonomiske investeringer, men LPP mener at disse forholdene er viktige hvis opptrappingsplanen skal bli vellykket.

Carl Fredrik Aas, 12. mai 2022

Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse

Adresse: Apotekergt. 10B, 0180 Oslo

Telefon: 21 07 54 33 | E-post: lpp@lpp.no | www.lpp.no

Organisasjonsnr: 976 785 029

Mental health carers Norway



Verdighet - Omsorg - Løsninger

B. Konkrete innspill fra LPP om tiltak i opptrappingsplanen

Mens opptrappingsplanen planlegges, haster det med å stoppe nedbyggingen av sengeplasser, stillinger, helsetjenester og reduksjon av tilbud innen psykisk helse.

Det haster også med å revurdere loven om samtykkekompetanse av 2017. Slik loven er i dag, fører den til at det er vanskelig å behandle psykisk dårlige pasienter og medfører for tidlige utskrivelser med utilstrekkelig behandlingstid.

Før man gjennomfører den nye opptrappingsplanen bør man kartlegge hvordan dagens tjenester innen psykisk helse faktisk fungerer på ulike nivåer. Er resultatet av dagens behandling tilfredsstillende? Har behandlingen en «gunstig virkning som klart oppveier ulempene ved eventuelle bivirkninger»?

Målet med opptrappingsplanen er som navnet tilsier å øke kapasitet, ressurser og antall plasser innen psykisk helse, men LPP ønsker å understreke følgende: **Opptrappingsplanen skal også være en endringsplan.**

For at planen skal kunne fungere må en rekke premisser være på plass:

1. Det viktigste av alle premissene er respekt for de verdiene som utgjør fundamentet i menneskelige relasjoner i forhold til pasienter og pårørende: respekt, omsorg og trygghet.
 - Enhver kontakt med pasienter skal skje med respekt for pasientens menneskeverd. De som yter hjelp og behandling skal ha innsikt i sin rolle og hvilken makt de besitter overfor et menneske med psykisk sykdom. Man skal også være bevisst ordbruk, tone og kroppsspråk.
 - Det skal være omsorg for pasientens behov og trygghet.
 - Hjelpelikten: En person som ber om hjelp kan ikke avvises.
 - Pasientens og pårørendes rettigheter skal være kjent for den/de som har beslutningsmakt til å bestemme over et annet menneske.

LPP mener at alle som jobber med andre menneskers helse og livssituasjon burde ha regelmessig og obligatorisk kursing og praktisk opplæring i muntlig og skriftlig kommunikasjon med sårbare og syke mennesker.

2. Et annet viktig premiss er at planen MÅ implementeres og følges i alle ledd i systemet.

LPP mener at alle som jobber i norsk helsevesen og kommunale helsetjenester burde ha obligatorisk og praktisk opplæring i aktuelle lover og forskrifter.

3. Tredje og essensielle premiss er: Finansiering av planen med øremerkede midler, spesielt overfor kommunene, også når opptrappingsplanen er over.

Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse

Adresse: Apotekergt. 10B, 0180 Oslo

Telefon: 21 07 54 33 | E-post: lpp@lpp.no | www.lpp.no

Organisasjonsnr: 976 785 029

Mental health carers Norway

Opptappingsplan skal være en forbedringsplan. Målet må være at norsk psykisk helsevern skal fungere bedre enn i dag.

LPP mener at norsk helsevesen har et stort forbedringspotensial innen følgende områder:

1. Mer og bedre samhandling, dialog og samarbeid mellom alle involverte rundt pasienten: fagpersoner, pårørende, og når det er mulig, pasienten selv. Dvs. mellom alle som er involvert i behandling og/eller oppfølging på eller utenfor sykehus.

Vanskelige og tidkrevende vurderinger som diagnostisering, valg av behandling, tilpasning/endring/revurdering av behandling, krisehåndtering, utskrivelse, spørsmål om pasienten er samtykkekompetent mv., skal gjøres av et team som kjenner pasienten.

Bedre dialog og samhandling vil også føre til bedre og tettere oppfølging av pasientene etter utskrivelse. Det i sin tur kan redusere antall gjeninnleggelser og selvmord.

2. Kompetanseheving i alle ledd: Når vi ser hvilke konsekvenser feil diagnose og/eller feil behandling kan ha, bør norsk helsevesen være særlig opptatt av å se nærmere på hvilke anbefalinger og råd som gis internasjonalt, f.eks. NICE guidance www.nice.org.uk/guidance

NICE guidelines are evidence-based recommendations for health and care in England. They set out the care and services suitable for most people with a specific condition or need, and people in particular circumstances or settings.

3. Mer involvering av de pårørende: psykisk helsevern må benytte seg mer av de pårørendes kunnskap. I mange tilfeller kan de pårørendes spesialkunnskap hjelpe fagpersonene til å opparbeide et positivt behandlingsforhold med pasienten. Dessverre blir de pårørende ofte sett på som en del av problemet, istedenfor en del av løsningen, i hvert fall for pasienter som er innlagt.
4. En forbedringsplan må også inkludere krisehjelp og avlastning til de pårørende. For pasienter som bor alene eller hos sin familie, er pårørende ofte de eneste som følger opp og gir omsorg. Pårørende innen psykisk helse får ingen kompensasjon eller pensjonspoeng for den jobben de gjør. En ordning med kompensasjon for pårørende må vurderes.
5. En forbedringsplan må prioritere langtidsplasser og tett oppfølging med døgnbemanning for de med alvorlig psykisk sykdom.

Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse

Adresse: Apotekergt. 10B, 0180 Oslo

Telefon: 21 07 54 33 | E-post: lpp@lpp.no | www.lpp.no

Organisasjonsnr: 976 785 029



LPP

Verdighet - Omsorg - Løsninger

6. Tilbudet skal være tilpasset de ulike pasientgruppene. Innenfor hver gruppe skal tilbudet være tilpasset enkeltindividet. Eks: En person med rusavhengighet og psykisk sykdom har ikke de samme behov og skal ikke ha samme behandling som en person med psykisk sykdom *uten* rusavhengighet.
7. En forbedringsplan må inkludere fengselsinnsatte med psykiske sykdommer.
8. Kvalitetskontroll: Hvert helseforetak skal ha eget uavhengig kvalitetskontrollsystem i tillegg til avviksrapporing fra personalet og kontrollkommisjon. Kvalitetskontroll kan for eksempel være regelmessige uanmeldte observasjonsrunder av autoriserte observatører, med rapportering til ledelsen.
9. Når lovbrudd skjer, er klagemulighetene for pårørende svært få. Klagen sendes til Statsforvalteren, og hvis ikke den fører frem er eneste løsningen klage til Sivilombudsmann eller å gå rettens vei. De færreste pasienter og pårørende har kapasitet til å gjøre det. Det burde opprettes en uavhengig kommisjon som kan behandle klager på lovbrudd innen psykisk helse.

Svar på spørsmålene fra Helse- og omsorgsdepartementet:

1. Hva er viktig for at vi skal klare å forebygge psykiske helseproblemer?
 - Enkel tilgang til rådgiving og veiledning fra kompetente personer både for pårørende og den syke, dvs. sikre tilgang til rask psykisk helsehjelp på et tidlig tidspunkt.
 - Psykisk helse må inn i folkehelsesatsning/strategi, f eks som pensum i skolen.
 - Helsepsykepleier på alle skoler må ha kunnskap om psykisk helse.
 - Informasjon om at rusmisbruk kan ha svært negative konsekvenser for den psykiske helsen må være lett tilgjengelig.
2. På hvilken måte kan vi sørge for at de som har psykiske helseutfordringer får god og tilgjengelig hjelp?
 - Tjenestene må i større grad være oppsøkende og tilpasset funksjonsnivået til den syke.
 - Helseforetak og kommuner må følge gjeldende lovverk og retningslinjer. Det må være sanksjoner og reaksjoner fra myndighetene når dette ikke gjøres.
 - Det må opprettes flere differensierte og adskilte bofelleskap, hvor psykisk syke og rusavhengige får tilpasset tilbud.

Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse

Adresse: Apotekergt. 10B, 0180 Oslo

Telefon: 21 07 54 33 | E-post: lpp@lpp.no | www.lpp.no

Organisasjonsnr: 976 785 029

Mental health carers Norway

**LPP***Verdighet - Omsorg - Løsninger*

- Det må opprettes flere sengeplasser og langtidsbehandling for pasienter med alvorlig psykisk sykdom. Poliklinisk behandling for disse pasientene er ikke tilstrekkelig.
- Helsetjenesten trenger flere stillinger med kvalifisert personell i alle ledd.
- Under behandling eller oppfølging innen psykisk helsevern skal også somatisk helse prioriteres bedre enn i dag.
- Det må være mindre bruk av medisiner og bedre tilpasset individuell behandling. I tillegg skal det være tilbud om medisinfri behandling i hele landet.
- Det må være bedre tilpasset behandling av pasienten i henhold til nyere forskning og det må brukes minst mulig medisindoser med regelmessig revurdering av behandlingsformen. Spesielt bør det unngås å bruke tunge psykofarmakamedisiner på unge pasienter.

3. Hva er viktig for å sørge for et godt tilbud til dem med alvorlige og sammensatte utfordringer?

- Større fokus på god samhandling mellom spesialist og kommunen og hvordan denne samhandlingen skal foregå.
- Alle pasienter og pårørende må få tilgang til informasjon og støtte for å mestre sin situasjon.
- Pårørende må brukes som en ressurs og bli involvert under sykehusoppholdet i mye større grad enn i dag.
- Nasjonale retningslinjer og veiledere må følges opp i praksis både i spesialist- og kommunehelsetjenesten.
- Rett hjelp til rett tid. Unngå at personer med kjent psykoselidelse må gjennom alle rundene på nytt for å få hjelp.
- Pasientene må få ha den liggetiden på døgn/DPS de har behov for.
- Sosial rehabilitering av pasienten er avhengig av godt samarbeid og kontinuitet mellom spesialist- og kommunehelsetjenesten.
- Aktiviteter og tilrettelagte arbeidsplasser skal tilpasses den syke, og det må gis hjelp til å benytte seg av dem.
- IP skal utarbeides, evalueres og følges opp i praksis.
- Det skal bygges flere boliger og sørges for meningsfylt hverdag for de syke.
- Det må foreligge en forpliktende plan mellom spesialisthelsetjenesten og kommunale helsetjenester når pasienten utskrives fra sykehuset. Pasienter må følges opp bedre, både under behandling og etterpå for å unngå reinnleggelser eller selvmord.

Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse

Adresse: Apotekergt. 10B, 0180 Oslo

Telefon: 21 07 54 33 | E-post: lpp@lpp.no | www.lpp.no

Organisasjonsnr: 976 785 029

Mental health carers Norway

4. Gi gjerne konkrete eksempler på tiltak eller løsninger dere mener fungerer godt.

- Ansvars/samarbeidsgrupper med bruker/pasientens beste i fokus, der pårørende/pasienter blir hørt og tatt på alvor
- Fontenehus, lavterskeltilbud
- Åpne dialogmøter hvor også de pårørende deltar
- LPP Møteplass, en læringsarena for pårørende og fagpersoner innen psykisk helse
- Personlig ombud, et tiltak i PIO - Pårørendesenteret i Oslo, basert på den svenske ordningen for personer med psykososial funksjonsnedsettelse. Personlig ombud kan bistå personer og familier som opplever vansker i hverdagen grunnet psykiske helseutfordringer, *ref. WHO som 10. juni 2021 for første gang publiserte retningslinjer om støtte til personer med psykiske helseproblemer*
- Etablering av ACT/FACT i alle regioner og for de gruppene som har behov for dette.
- Etablering av flere brukerstyrte sengeplasser på DPS og sykehus.
- NAPHA og Erfaringskompetanse.no gir mange gode eksempler på det som virker.

5. Hvordan hjelpe pårørende?

- De pårørende har også menneskerettigheter. De har rett til beskyttelse mot farlige syke familiemedlemmer, selv der disse hevdes å være samtykkekompetente og derfor ikke kan tvangsbehandles. Det må opprettes gode ordninger og krisehjelp for de pårørende.
- De pårørende trenger avlastning. Det må etableres kommunale avlastningsordninger for de pårørende.
- Det må opprettes satser for helsepersonell til å ha samtaler og rådgivningstimer for de pårørende og ikke bare for pasientene.
- De pårørende må få omsorgslønn når de har omsorgen for en psykisk syk pasient som ikke klarer seg selv og må bo hjemme.
- Fast debrifing og oppfølging av pårørende samme dag som et familiemedlem er blitt tvangsinnlagt eller etter at det har skjedd en alvorlig hendelse.

Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse

Adresse: Apotekergt. 10B, 0180 Oslo

Telefon: 21 07 54 33 | E-post: lpp@lpp.no | www.lpp.no

Organisasjonsnr: 976 785 029



LPP

Verdighet - Omsorg - Løsninger

- Pårørende må få informasjon om hvor de kan få hjelp, råd og veiledning.
- Egen koordinator på helseforetakene/kommunene for pårørende slik at de selv slipper å være koordinator for den syke, da dette er en stor belastning som kan gjøre den pårørende syk.

Oslo, 26. mai 2022

Med vennlig hilsen
Landsforeningen for Pårørende innen psykisk helse

Christine Lingjærde
Landsstyreleder

Carl Fredrik Aas
Nestleder

Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse

Adresse: Apotekergt. 10B, 0180 Oslo

Telefon: 21 07 54 33 | E-post: lpp@lpp.no | www.lpp.no

Organisasjonsnr: 976 785 029

Mental health carers Norway