SVERIGES RIKSDAG

Motion till riksdagen 2026/27:2740

av Nils Seye Larsen och Ajda Asgari (båda MP)

Ett samlat samhällsgrepp för en bättre psykisk hälsa

Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om förebyggande insatser i samhället för att främja psykisk hälsa och tillkännager detta för regeringen.
2. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om stärkt och långsiktigt suicidpreventivt arbete och tillkännager detta för regeringen.
3. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att stärka civilsamhällets förutsättningar i arbetet med suicidprevention och minskad ofrivillig ensamhet och tillkännager detta för regeringen.
4. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om tidiga insatser inom hälso- och sjukvård och tillkännager detta för regeringen.
5. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om elevhälsa och tillkännager detta för regeringen.
6. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om barn- och ungdomspsykiatri och tillkännager detta för regeringen.
7. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om kontinuitet i behandling vid övergång mellan barn och vuxen och tillkännager detta för regeringen.
8. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om en sammanhållen vård vid samsjuklighet och tillkännager detta för regeringen.
9. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om en sammanhållen och tillgänglig ätstörningsvård och tillkännager detta för regeringen.

10. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att förebygga ofrivillig ensamhet och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Den psykiska ohälsan är en av vår tids stora folkhälsoutmaningar. Psykiska besvär och sjukdomar påverkar människor i alla åldrar, från barn och unga till vuxna och äldre. Stress, oro, ångest och andra former av psykisk ohälsa kan få omfattande konsekvenser för den enskildes livskvalitet, möjligheter till utbildning och arbete samt förmåga att delta i samhällslivet.

Samtidigt innebär ett samhälle med höga krav, ett högt tempo och bristande möjligheter till återhämtning att risken för stressrelaterad ohälsa ökar. För att förbättra den psykiska hälsan behöver därför större hänsyn tas till människors behov av trygghet, delaktighet, återhämtning och social gemenskap.

Psykisk ohälsa kan inte enbart betraktas som en fråga för hälso- och sjukvården. Det är också en bred samhällsutmaning som behöver mötas genom förebyggande insatser inom flera politikområden. En politik som främjar psykisk hälsa behöver omfatta bland annat utbildning, arbetsliv, kultur, samhällsplanering och sociala levnadsvillkor. Tillgång till natur, miljöer som uppmuntrar fysisk aktivitet, sociala mötesplatser och möjligheter till kultur och fritidsaktiviteter är betydelsefulla delar av ett samhälle som skapar bättre förutsättningar för psykiskt välbefinnande.

Samtidigt måste den som drabbas av psykisk ohälsa snabbt kunna få rätt stöd och behandling. Det kräver en tillgänglig hälso- och sjukvård där psykisk ohälsa uppmärksammas tidigt och där insatser kan anpassas efter individens behov. För personer med svåra psykiska sjukdomar behöver den specialiserade psykiatrin stärkas, både när det gäller tillgänglighet och kontinuitet.

Stärk det suicidpreventiva arbetet

Suicid är en av de vanligaste dödsorsakerna bland människor upp till 50 års ålder och innebär varje år ett stort mänskligt lidande. Bakom varje dödsfall finns en människa som förlorat livet, men också anhöriga, närstående och andra som påverkas under lång tid.

Sverige har en nollvision för suicid, men för att den ska kunna förverkligas krävs ett långsiktigt, systematiskt och brett förebyggande arbete. Det suicidpreventiva arbetet

behöver stärkas genom ökade resurser, förbättrad kunskap och en tydligare samordning mellan olika samhällsaktörer. Arbetet utifrån den nationella strategin ”Det handlar om livet” och dess handlingsplan måste fortgå, utvecklas och ges långsiktigt hållbara förutsättningar.

Hälso- och sjukvården har en central roll, men det suicidpreventiva arbetet omfattar betydligt fler verksamheter än sjukvården. Skolan, socialtjänsten, arbetslivet, äldreomsorgen och andra delar av samhället har viktiga möjligheter att uppmärksamma psykisk ohälsa, social utsatthet och andra riskfaktorer.

Civilsamhället har en särskilt viktig roll i det suicidpreventiva arbetet. Ideella organisationer och föreningar som erbjuder samtalsstöd, gemenskap och hjälp till människor i kris och deras anhöriga utgör ett betydelsefullt komplement till offentliga verksamheter. Deras erfarenheter och insatser behöver tas tillvara och ges långsiktiga förutsättningar.

Tidiga insatser och en mer tillgänglig vård vid psykisk ohälsa

För att förebygga och behandla psykisk ohälsa behöver hela vårdkedjan stärkas. Många psykiska besvär kan förvärras om stöd och behandling dröjer, samtidigt som tidiga insatser kan bidra till att minska risken för långvarig eller allvarlig sjukdom.

Primärvården har en viktig roll och därför behöver den psykologiska kompetensen inom primärvården stärkas och säkerställas inom all primärvård.

Även den specialiserade psykiatrin behöver ges bättre förutsättningar att möta patienternas behov. Långa väntetider riskerar att förvärra psykisk ohälsa och leda till mer omfattande vårdbehov. Psykiatrins kapacitet behöver därför stärkas så att patienter får tillgång till rätt vård inom rimlig tid.

Skolan har en viktig roll för att främja psykisk hälsa och tidigt upptäcka elever som behöver stöd. Elevhälsan behöver därför förstärkas och göras mer tillgänglig, tillgång till skolsköterskor, specialpedagoger, psykologer och kuratorer, på alla skolor.

Barn- och ungdomspsykiatrin behöver samtidigt stärkas för att minska väntetiderna och säkerställa att barn och unga med behov av psykiatrisk vård får behandling i tid. En väl fungerande samverkan mellan elevhälsan, primärvården, socialtjänsten och barn- och ungdomspsykiatrin är avgörande för att barn och unga inte ska falla mellan olika verksamheters ansvarsområden.

Det är också angeläget att förbättra möjligheterna till traumabehandling. Människor som har utsatts för sexuellt våld eller andra traumatiska upplevelser, under såväl

barndomen som vuxenlivet, måste kunna få tillgång till kvalificerad behandling utifrån sina individuella behov. Obehandlade trauman kan få långvariga konsekvenser för den psykiska hälsan, vilket gör tidig upptäckt och tillgång till behandling särskilt viktigt.

Ungdomsmottagningarna utgör en betydelsefull del av det förebyggande och stödjande arbetet för ungas hälsa. Deras uppdrag behöver dock tydliggöras, liksom ansvarsfördelningen mellan ungdomsmottagningarna och andra delar av hälso- och sjukvården.

Särskilda insatser för unga vuxnas psykiska hälsa

Unga vuxna befinner sig i en livsfas som ofta innebär stora förändringar och nya krav. Övergången från ungdom till vuxen kan präglas av osäkerhet kring studier, arbete, ekonomi och sociala relationer. För personer som samtidigt lever med psykisk ohälsa kan dessa omständigheter innebära en särskild utsatthet. Det behövs därför ett tydligare fokus på unga vuxnas psykiska hälsa, med bättre tillgång till förebyggande insatser, stöd och behandling.

En särskild utmaning är övergången mellan barn- och ungdomspsykiatrin och vuxenpsykiatrin. När vårdansvaret förändras finns en risk att kontinuiteten i behandlingen bryts eller att unga patienter hamnar mellan olika verksamheter. Övergången behöver därför organiseras så att patienter med fortsatta vårdbehov får ett sammanhållet stöd och inte riskerar att förlora kontakten med vården.

Ungdomsmottagningarnas tillgänglighet behöver också förbättras. Det är viktigt att fler unga känner till vilket stöd som finns och upplever att verksamheterna är öppna och välkomnande. Särskilda insatser behöver göras för att nå pojkar och unga män samt andra grupper som i dag är underrepresenterade bland dem som söker stöd och vård.

En mer tillgänglig vård är också avgörande för att tidigt kunna uppmärksamma och behandla psykisk ohälsa som annars riskerar att utvecklas till beroendeproblematik, självskadebeteende eller andra destruktiva beteenden. Genom att identifiera bakomliggande psykiska problem och erbjuda rätt stöd kan allvarligare problem förebyggas.

Unga vuxna som varken arbetar eller studerar behöver särskilt uppmärksammas i arbetet för förbättrad psykisk hälsa. Denna grupp kan ha en ökad risk för social isolering och psykisk ohälsa, samtidigt som avsaknaden av kontakt med utbildning eller arbetsliv kan försvåra möjligheterna att tidigt fånga upp behov av stöd.

Det behövs därför ett mer sammanhållet arbete där hälso- och sjukvård, kommunala verksamheter och andra berörda aktörer samverkar för att nå unga vuxna med behov av förebyggande insatser och behandling.

En sammanhållen och tillgänglig ätstörningsvård

Ätstörningar är allvarliga sjukdomstillstånd som kan få omfattande konsekvenser för både den psykiska och fysiska hälsan. Problemen uppmärksammas särskilt bland barn och unga, där sociala medier och digitala miljöer kan bidra till en ökad press kring utseende, kroppsideal och prestation. Samtidigt är det viktigt att uppmärksamma att ätstörningar även drabbar vuxna och att många lever med sjukdomen utan att få den hjälp de behöver.

Ätstörningsvården behöver därför utvecklas och bli mer tillgänglig för människor i alla åldrar. Vården bör organiseras utifrån patientens samlade behov och erbjuda ett sammanhållet stöd som omfattar både psykisk och fysisk hälsa.

En viktig del i detta arbete är att förbättra möjligheterna att upptäcka ätstörningar i ett tidigt skede. Personal inom primärvården och elevhälsan behöver ha tillräcklig kunskap för att kunna identifiera varningssignaler och hjälpa personer vidare till rätt vård. Även ledare och andra verksamma inom idrottsrörelsen behöver ges bättre kunskap om ätstörningar och hur dessa kan upptäckas och förebyggas.

Behandlingen behöver utformas så att den stödjer patientens långsiktiga tillfrisknande och möjligheter att återgå till ett fungerande vardagsliv. När det är medicinskt lämpligt bör vård och behandling kunna erbjudas i patientens hemmiljö, med stöd till både den som är sjuk och dennes anhöriga.

En väl fungerande ätstörningsvård behöver ha ett tydligt helhetsperspektiv där behandlingen inte enbart fokuserar på de akuta medicinska problemen, utan också på återhämtning, livskvalitet och möjligheten att leva ett självständigt liv utanför sjukhusmiljön.

Förebygg och motverka ofrivillig ensamhet

Ofrivillig ensamhet är ett betydande folkhälsoproblem som kan påverka människors psykiska och fysiska hälsa. Ensamhet förekommer i alla åldersgrupper och kan vara särskilt påfrestande för personer som saknar sociala nätverk eller har begränsade möjligheter att delta i samhällslivet.

För att minska den ofrivilliga ensamheten behövs både förebyggande och uppsökande insatser. Det är viktigt att skapa förutsättningar för social gemenskap och delaktighet genom tillgång till mötesplatser, föreningsliv och olika former av kultur-, fritids- och idrottsaktiviteter.

Ett starkt civilsamhälle har en central roll i detta arbete. Ideella föreningar och organisationer kan skapa sociala sammanhang och nå människor som annars riskerar att bli isolerade. Kommuner och regioner behöver därför utveckla samverkan med civilsamhället för att förebygga ensamhet och främja psykisk hälsa.

Särskild uppmärksamhet behöver riktas mot äldre personer. Förebyggande hembesök bör vara en naturlig del av kommunernas arbete med att identifiera behov av stöd och motverka social isolering. Genom tidiga kontakter kan äldre personer få information om tillgängliga insatser och stöd att delta i sociala aktiviteter.

Kontinuiteten inom hemtjänsten behöver också förbättras. För många äldre är kontakten med hemtjänstpersonalen en viktig del av vardagen. Att så långt som möjligt få möta samma personal kan bidra till ökad trygghet, bättre relationer och större möjligheter att uppmärksamma förändringar i den äldres hälsa och sociala situation.

Även anhöriga som vårdar eller stödjer en närstående behöver uppmärksammas. Ett omfattande omsorgsansvar kan innebära stor psykisk och fysisk belastning, särskilt när möjligheterna till avlastning och eget socialt liv är begränsade. Barn som har ett omsorgsansvar eller på andra sätt påverkas av en närståendes sjukdom eller funktionsnedsättning behöver särskilt uppmärksammas och erbjudas stöd utifrån sina behov.

Det uppsökande arbetet för att motverka ensamhet bör utvecklas genom bättre samverkan mellan kommuner, hälso- och sjukvården och civilsamhällets organisationer. Målet måste vara att förebygga social isolering och ge fler människor möjlighet till gemenskap, delaktighet och en bättre psykisk hälsa.

En mer sammanhållen vård vid samsjuklighet och beroende

Personer med beroendeproblematik har ofta också andra psykiatriska sjukdomar eller psykiska besvär. Denna samsjuklighet innebär att vårdbehoven kan vara omfattande och komplexa och att det ofta krävs samordnade insatser från både hälso- och sjukvården och socialtjänsten.

Trots detta finns det betydande brister i hur vården och stödet till personer med samsjuklighet är organiserade. När ansvaret är uppdelat mellan olika huvudmän och

verksamheter finns en risk att människor hänvisas mellan olika instanser utan att få en samlad bedömning eller den behandling de behöver. Det kan leda till att både beroendet och den psykiska ohälsan förvärras.

Det är därför angeläget att utveckla en mer sammanhållen, jämlik och personcentrerad vård för personer med samsjuklighet. Vården behöver utgå från individens samlade behov och erbjuda samordnade insatser för både beroendeproblematiken och den psykiska ohälsan.

En grundläggande utgångspunkt måste vara att människor inte ska nekas vård på grund av ett pågående beroende. Personer med beroendeproblematik ska ha samma rätt till vård och behandling som andra patienter, och förekomsten av ett beroende får inte bli ett hinder för att få hjälp med andra psykiatriska eller somatiska sjukdomstillstånd.

Det behövs också en tydligare ansvarsfördelning inom beroendevården. Regionerna bör ta över det samlade ansvaret för beroendevården för att skapa bättre förutsättningar för en sammanhållen behandling och en mer jämlik tillgång till vård i hela landet. Ett samlat regionalt ansvar skulle kunna minska de organisatoriska gränser som i dag försvårar samordningen av insatser för personer med beroende och samtidig psykisk ohälsa.

En sådan förändring behöver kombineras med en väl fungerande samverkan med socialtjänsten. Personer med beroendeproblematik och samsjuklighet kan även ha behov av sociala stödinsatser, exempelvis hjälp med boende, sysselsättning och andra livsomständigheter som påverkar möjligheten till återhämtning. Hälso- och sjukvårdens behandling och socialtjänstens insatser behöver därför fungera som delar av ett sammanhållet stöd.

Beroendevården behöver dessutom bli mer lättillgänglig i hela landet. Människor ska kunna få hjälp i ett tidigt skede och erbjudas behandling utifrån sina individuella behov, oavsett var de bor. Det förebyggande arbetet behöver stärkas för att minska risken att beroendeproblematik utvecklas eller förvärras.

Genom att tydliggöra ansvaret, förbättra samordningen och stärka tillgången till vård kan fler människor med beroendeproblematik och samsjuklighet få det stöd som krävs för att förbättra sin hälsa och livssituation.

Nils Seye Larsen (MP) *Ajda Asgari (MP)*