

Motion till riksdagen 2009/10:So402

av **Thomas Nihlén m.fl. (mp)**

Fysisk aktivitet för psykiskt sjuka och psykiskt funktionshindrade

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om vikten av att hitta former för att stimulera till en ökad fysisk aktivitet för psykiskt sjuka och funktionshindrade.

Motivering

Forskning visar att människor som har en ohälsosam livsstil löper upp till 300 procents större risk att hamna i psykisk sjuklighet än människor med hälsosamma vanor. Forskare från Karolinska Institutet i samarbete med Statens folkhälsoinstitut(FHI) har lyft fram frågan om att en ohälsosam livsstil skapar psykisk sjuklighet och att detta ges alltför lite utrymme i debatten. De senaste resultaten går emot föreställningen att det enbart skulle handla om att personer med psykisk ohälsa dras till en osund livsföring. Slutsatsen är bland annat att traditionella vårdinsatser inom psykiatrin behöver ta hänsyn till detta och att livsstilsförändring kan leda till förbättrad psykisk hälsa även när den redan är nedsatt. Den livsstilsfaktor som verkar ha störst betydelse är stillasittande eller fysiskt inaktivitet.

Vikten av fysisk aktivitet och dess betydelse för hälsan blir alltmer välkänd för många i samhället. Fysisk aktivitet på recept har också varit en framgångsfaktor på många håll.

Den grupp som mer än andra kan behöva hjälp för att röra sig mer är människor som mår psykiskt dåligt, är psykiskt sjuka eller psykiskt funktionshindrade. Det kan behövas motivationsarbete och ledarledda, individanpassade aktiviteter i högre grad än för andra. Inte bara den psykiska hälsan kan förbättras av ökad fysisk aktivitet, utan även den fysiska hälsan, som ofta är eftersatt inom denna grupp, kan förbättras.

Fel! Okänt namn på

Därför vill vi att riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om vikten av att hitta former för att stimulera till en ökad fysisk aktivitet för psykiskt sjuka och funktionshindrade.

Stockholm den 1 oktober 2009

Thomas Nihlén (mp)

Gunvor G Ericson (mp)

Mats Pertoft (mp)

Bodil Ceballos (mp)

Jan Lindholm (mp)

Mehmet Kaplan (mp)

Peter Rådberg (mp)