SVERIGES RIKSDAG

Motion till riksdagen 2026/27:1295

av Charlotte Broberg m.fl. (M)

Terapi som en del av friskvårdsuppdraget

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att skyndsamt se över hur terapi och annat psykiskt stöd ska bli en del av friskvårdsbidraget och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Friskvård handlar inte enbart om kroppen och att må bra rent fysiskt, utan även om att må bra psykiskt. Idag beror omkring hälften av alla sjukskrivningar i Sverige på psykisk ohälsa. Om vi ska få ner sjukskrivningstalen och fler ska bli friska behövs satsningar på den psykiska hälsan och där är modernisering av friskvårdsbidraget ett viktigt steg.

Psykisk hälsa är också hälsa och att må bra och ta hand om sin psykiska hälsa är något som bör uppmuntras. Att friskvårdsbidraget idag omfattar motion och rent fysisk aktivitet, men inte terapi, kan också sända signaler om att vi inte tycker den psykiska hälsan är lika angelägen som den fysiska hälsan.

Friskvårdsbidraget kan visserligen användas för förebyggande massage eller stresshantering. I kategorin stresshantering godkänner Skatteverket både mindfulness och meditation som skattefri friskvård. Friskvårdsbidraget gäller även för ljusterapi men inte för vanlig terapi, då det sistnämnda räknas som hälso- och sjukvård.

Samtidigt kan idag legitimerad vårdpersonal skriva ut fysisk aktivitet på recept, för att förebygga och behandla sjukdomar. Fysisk träning på recept, även kallat FaR kan ge rabatt på ett träningskort hos till exempel Friskis & Svettis eller SATS. Så hälso- och sjukvård kan i vissa fall innebära fysisk träning och ändå ingå i friskvårdsbidraget.

Att kropp och själ hänger ihop var bekant redan på romartiden då man talade om en sund själ i en sund kropp. Idag vet vi att det finns ett starkt samband mellan psykisk ohälsa och fysisk sjukdom. Långvarig stress, ångest och depression kan ge rent fysiska symtom som huvudvärk, magont, muskelsmärta och sömnsvårigheter.

Den psykiska ohälsan kostar både individen och samhället enorma summor varje år. Studier påvisar även stora ekonomiska fördelar med förebyggande hälsovård. Ett modernt friskvårdsbidrag ska inte bara uppmuntra till fysisk aktivitet, utan också möjliggöra för människor att ta hand om sin psykiska hälsa.

För varje investerad krona i förebyggande insatser för psykisk hälsa sparas mellan fyra och sex gånger så mycket. Att friskvårdsbidraget omfattar hela människan – både den rent fysiska kroppen, och även det psykiska, själva måendet, är därför ett utmärkt sätt att stötta de som vill må bättre, oberoende om värken är psykisk eller rent fysisk.

I praktiken innebär det att terapi, psykologiskt stöd och andra insatser bör vara en del av friskvårdsbidraget framöver. Att modernisera friskvårdsbidraget handlar inte bara om att följa tiden. Det handlar om att ge fler chansen att faktiskt må bra. Det är en investering i människor och även i den moderata arbetslinjen.

Charlotte Broberg (M)

Kristina Axén Olin (M)

Merit Frost Lindberg (M)

Lotta Högström (M)

Sophia Granswed Baat (M)

Maria Stockhaus (M)

Carl Nordblom (M)

Erik Ottoson (M)