

Motion till riksdagen
2013/14:So618

av **Hannah Bergstedt och Karin Åström (S)**

Förebyggande och rehabilitering vid stressrelaterade sjukdomar

Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om förebyggande arbete mot stressrelaterade sjukdomar.
2. Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om en översyn av effektiva insatser för att återrehabilitera dem som insjuknat.¹

¹ Yrkande 2 hänvisat till SfU.

Fel! Okänt namn på

Motivering

Utbrändhet, utmattningsdepression, är ett uppmärksammat problem men utmattningsdepression som symptom är inget nytt. Men den växande psykiska ohälsan bland unga, främst bland unga kvinnor, visar att vi står inför ett samhällsproblem där vi i vårt välfärdssamhälle möter nya svårigheter.

Utökade möjligheter och krav på prestation och tillgänglighet står i skarp kontrast till avsaknaden av återhämtning och vila. De yttre och inre kraven ökar samtidigt som våra möjligheter att välja begränsas, där viktiga val måste göras allt tidigare i livet, där ekonomiska resurser beskärts och utrymmet på arbetsplatsen för återhämtning och möjligheten att göra ett bra arbete minskar i takt med krav på effektiviseringar.

Behovet av sjukvård kopplat till stress ökar kraftigt i vårt samhälle, och unga människors psykiska ohälsa, framför allt bland unga kvinnor, är ett växande problem. Det leder till sänkt välbefinnande, lägre effektivitet, ökat mänskligt lidande och sänkt livskvalitet.

De grupper som drabbas hårdast av stress är kvinnor och barn. Omkring två tredjedelar av både lång- och korttidssjukskrivna är kvinnor, och belastningen i kvinnors liv har ökat mer än för män. Parallellt med den ökade arbetsbelastningen har utrymmet för gemenskap och mänsklig kontakt minskat på många arbetsplatser.

Den mest oroande trenden är den ökade stressen bland barn. Mer än hälften av barnen i trettonårsåldern har åderförkalkningsförändringar i sina blodkärl. Så kallad åldersdiabetes upptäcks hos barn i allt lägre åldrar. Övervikt och fetma hos barn ökar liksom psykosomatiska besvär som magsmärtor och huvudvärk. Framför allt visar sig barns ökade stress som störningar i beteendet, till exempel aggressivitet, koncentrations- och inlärnings svårigheter, och i form av ångest och depression.

Naturligtvis gäller här som i övrigt när det gäller åtgärder för hälsan att det alltid är enklare att förebygga än att behandla. Behovet av folkhälsouppläsning kring hur man förebygger stressrelaterade sjukdomar är stort. Många känner inte till kopplingen mellan de fysiska varningstecken som finns och att exempelvis stress kan leda till övervikt, hjärtproblem med mera. Att redan i tidig ålder få lära sig behovet av avkoppling och återhämtning tycks bli allt viktigare. Förmågan att lita och lyssna till sig själv och till sin kropp bör finnas med i undervisningen redan från tidig ålder. Ett behov av kunskap hos chefer och ledande personer på arbetsplatser för att skapa strukturer för återhämtning som i sin tur leder till effektivt utfört arbete och en friskare personal är ytterligare en del för att motverka den ökande psykiska ohälsan.

En allt vanligare förekommande diagnos är utmattningssyndrom som är ett tillstånd utlöst av långvarig stress, där den drabbade inte fått chans till tillräcklig återhämtning.

Av dem som diagnostiseras med utmattningssyndrom är riskerna för dödlighet förhöjd, självmord men också hjärt- och kärlsjukdomar och även cancer. Rehabiliteringstiden är ofta lång, och med flera sjukskrivningar, en växande samhällskostnad och kopplat till långvarigt lidande för den som drab-

Fel! Okänt namn på

bats. Därför är förebyggande arbete centralt, men även vården för den som insjuknat behöver förbättras. Landstingen har haft möjlighet att söka statsstöd för KBT ur den s.k. rehabiliteringsmiljarden, men forskning visar att det och medicin inte räcker utan att det behövs en återrehabilitering kopplat till arbetslivet. Därför behövs en översyn av vilka insatser som samhället behöver vidta för att ge rätt rehabilitering till dem som drabbats av utmattningssyndrom.

Stockholm den 2 oktober 2013

Hannah Bergstedt (S)

Karin Åström (S)