

Motion till riksdagen 2020/21:995

av **Marléne Lund Kopparklint och Pål Jonson (båda M)**

Förebygga suicid och psykisk ohälsa bland unga

Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om arbetet mot psykisk ohälsa bland barn och unga och mot suicid och tillkännager detta för regeringen.
2. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att målsättningen ska vara ett betydligt bättre förebyggande av psykisk ohälsa bland barn och unga och tillkännager detta för regeringen.
3. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att se över möjligheterna kring utredning av psykisk ohälsa kopplad till barn och unga och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Siffror från Socialstyrelsen visar att på tio år har psykisk ohälsa bland barn och unga tredubblats genom att närmare 5 700 barn i åldern 10–14 år medicineras med anti-depressiva läkemedel. En sjättedel av Sveriges befolkning äter psykofarmaka. Till detta kan tilläggas att suicid är den vanligaste yttre dödsorsaken i Sverige. Död genom suicid är en konsekvens av psykiskt lidande som är outhärdligt för den och dess anhöriga som drabbas. Suicid kan vara ett led till att man lider av psykisk ohälsa. I Värmland hade ungefär var femte kvinna (17 procent) i åldern 18 till 24 år någon gång under 2016 ett vårdtillfälle inom psykiatrin eller hade minst ett uttag av psykofarmaka. I flera år har exempelvis Värmlands självmordstal varit högre än rikets och 111 av 1 000 värmlänningar hämtade ut antidepressiva mediciner under 2016. Värmlands befolkning använder mest antidepressiva läkemedel av alla, sett till befolkningen.

Förebyggande åtgärder

För att förebygga att vår befolkning med fokus på barn och unga inte ska lida av psykisk ohälsa måste vi först och främst noggrant utreda orsakerna till att sätta in relevanta förebyggande åtgärder. Enligt Socialstyrelsen så har personer med en psykisk störning eller psykisk sjukdom en förhöjd risk för suicid. En tredjedel av alla som tar sitt liv har en aktuell kontakt med den psykiatriska hälso- och sjukvården, men betydligt fler har haft kontakt med annan hälso- och sjukvård. Det är därför viktigt att alla delar av hälso- och sjukvården har kompetens för att upptäcka självmordsbenägenhet.

Parallellt med det måste vi också öka tillgången på snabba insatser men det allra viktigaste är att se till att våra barn blir motståndskraftiga. Trots att vi har ett nationellt handlingsprogram som går ut på att minska/förebygga suicid och psykisk ohälsa går statistiken åt fel håll.

Vi måste hitta orsakerna till varför våra barn och unga mår dåligt, först då kan vi på allvar förebygga psykisk ohälsa och suicid. Vi behöver öka tillgången på snabba insatser men det allra viktigaste är att se till att våra barn blir motståndskraftiga och inte hamnar i psykisk ohälsa.

Tidiga erfarenheter spelar roll

Forskning visar att många barn får alltför lite tid att anknyta till sina föräldrar. Dr Gordon Neufeld, som är en internationellt erkänd psykolog som arbetar inom området att förebygga psykisk ohälsa bland barn och unga, är en person som hänvisar till detta. Det här är något vi alla kan reflektera över: Många har sett vuxna i lekparken som fokuserar på sina mobiler när barnen söker ögonkontakt och uppmärksamhet. Detta väcker sorg då anknytning är så viktig för barnets personlighetsutveckling. Anknytning skapar en viktig relation mellan barn och förälder bland annat genom att välbefinnandehormonet oxytocin utsöndras, vilket i sin tur genererar en känsla av trygghet.

Enligt Dr Gordon Neufeld är anknytning till vuxna i tidigt stadium en av de viktigaste skyddsfaktorerna tillsammans med att det ges utrymme att leka, med det menas inte att låta barn sysselsätta sig med tv-spel, dator eller mobil. De måste också få vila från stress och press. Med denna självklara kunskap till grund bör vi fråga oss själva om denna ständiga skärmtid som vi lägger ned tid på verkligen är så viktig? I synnerhet när det är på bekostnad av våra barns inre trygghet.

Barn ska växa upp med närvarande föräldrar som ser till att barnen får utrymme att knyta an till dem. De ska inte bli smittade av vuxenvärldens stress och tillgänglighetskrav på sociala medier. Samhället behöver informera och stärka vårdnadshavare om orsakerna till psykisk ohälsa så att man ges möjlighet att förebygga det.

Samhällets ansvar

Vi måste ge barn goda förutsättningar att utvecklas på ett tryggt sätt. Därför är det viktigt att det finns tillräcklig kompetens i skolan, sjukvården och barn- och mödravården gällande hur man förebygger psykisk ohälsa.

Emellertid räcker inte enbart kompetens inom välfärdssektorn utan vi måste även se till att korta väntetiderna för barn och unga med psykisk ohälsa. Sedan 2014 har antalet barn som fått vänta i över en månad på insats från den specialiserade barn- och ungdomspsykiatri (BUP) mer än tredubblats.

Psykisk ohälsa eller suicid är ett folkhälsoproblem som behöver mötas på flera olika sätt och vi har de senaste 10 åren sett hur det har ökat katastrofalt, trots flera förebyggande insatser både på nationell och på lokal nivå. Det finns kunskap om förebyggande arbete men den behöver stärkas upp genom att grundligt ta reda på vad barn och unga upplever vara orsakerna till att man mår dåligt. Därefter behöver man utveckla och intensifiera det förebyggande arbetet som behöver spridas till första linjens personal som möter barn, unga, föräldrar inom för- och grundskola, mödra- och barnavårdscentraler, sjukvård etc. Det är viktigt att kunna möta barn och unga med existentiella problem och eventuella självmordstankar på rätt sätt.

Marléne Lund Kopparklint (M)

Pål Jonson (M)