

Innspill til regjeringens arbeid med opptrappingsplan for psykisk helse

1. Psykisk helse er hjernehelse

Hjernen er helt sentral for vår helse. Hjernens sunnhet og styrke ligger til grunn for all annen helse. Hjernen er uerstattelig, vårt viktigste organ. Herfra styres livet.

Psykisk helse er en del av hjernehelse, psykiske lidelser er hjernelidelser.

Hjernerådet mener det er sentralt at regjeringens opptrappingsplan for psykisk helse bygger på en helhetlig forståelse for hjernehelse, dersom man skal lykkes i «å skape mer sammenhengende tjenester for personer med langvarige og sammensatte utfordringer».

God hjernehelse er en tilstand der enkeltmennesket kan bruke sine evner og sine kognitive, emosjonelle, psykologiske og atferdsmessige funksjoner for å mestre livet. Tallrike kombinasjoner av sosiale, biologiske, genetiske forhold m.m. spiller en rolle for hjernens helse gjennom hele livet, herunder også den psykiske helsen.

Når hjernen rammes av sykdom, påvirker det hele livet. Hvordan avhenger av på hvilken måte og hvor i hjernen man rammes. Vi vet at det er mange sammenhenger mellom det fysiske eller somatiske og det psykiske ved hjernehelse. På den ene siden kan både psykiske lidelser og helseplager følge av somatisk sykdom. På den andre siden kan psykisk uhelse gi biologiske utslag. I dag kan vi f.eks. se på MR-bilder at hjernen forandrer seg ved psykiske lidelser. Og sist, men ikke minst, kan både psykisk og somatisk sykdom ha felles opphav i et mer sammensatt sykdomsbilde.

Et skarpt skille mellom fagfelt innen hjernehelse kan ofte være ødeleggende for å møte pasientene med en helhetlig tilnærming. Mange pasienter opplever å bli kasteballer i helsevesenet, eller få et helsetilbud basert på hvor i helsevesenet de blir fanget opp. Det er behov for mer enhetlig behandling av psykiske og somatiske symptomer på hjernesykdommer. Dette vil både gi bedre helsehjelp til den enkelte, og sikre et forebyggende perspektiv på videreutvikling av sykdom.

Helsedirektoratet utarbeidet i 2017 en statusrapport for hjernehelse som ligger til grunn for Nasjonal Hjernehelsestrategi 2018-2024. Her fremkommer problemstillingen med svikt i samarbeidet mellom somatiske og psykiske helsetjenester. For å sikre at pasientene møter et helsevesen som gir tilstrekkelige tjenester, er det vesentlig å sørge for en helhetlig forståelse for hjernehelse og en tydeligere kobling mellom somatikk og psykiatri.

2. Bedre kunnskapsgrunnlag - mer forskning

Psykiske lidelser er resultat av et komplisert samspill av mange faktorer. For å sikre bedre psykisk helse og hjernehelse i befolkningen er det behov for mer forskning, hvilket Hjernerådet mener bør være omtalt i den kommende opptrappingsplanen. En profilert hjerneforsker ved Universitetet i Oslo og Oslo universitetssykehus illustrerte nylig vår manglende kunnskap om hjernen ved å si at vi de siste tiår har gått fra å vite en halv prosent om hjernen til kanskje 10 prosent. Det betyr at det aller meste om hjernen fortsatt er ukjent for oss, med de konsekvenser dette har for mange mennesker.

Mer forskning er vesentlig for at vi skal sikre god forebygging og behandling av hjernesykdommer i fremtiden.

Behovet for forskning er gjeldende i både spesialist- og kommunehelsetjenesten. I førstnevnte for at vi i større grad skal forstå årsaker, sammenhenger og påvirkningsfaktorer til psykiske lidelser bedre enn vi gjør i dag, og for å sikre effektive behandlingsmetoder.

I Folkehelselovens formålsparagraf heter det at loven skal sikre at kommuner, fylkeskommuner og statlige helsemyndigheter setter i verk tiltak og samordner sin virksomhet i folkehelsearbeidet på en forsvarlig måte. Loven skal legge til rette for et langsiktig og systematisk folkehelsearbeid.

For at kommunene skal kunne drive nettopp langsiktig og forsvarlig folkehelsearbeid, er tilstrekkelig kunnskapsgrunnlag knyttet til tiltakene og helsetilbudet som ytes nær brukerne vesentlig. Det er derfor sentralt at det stimuleres til følgeforskning av de tiltakene som iverksettes for å måle effekt og verdi.



Henrik Peersen
Generalsekretær
Hjernerådet