Psykisk ohälsa och psykiatri

Förebygg psykisk ohälsa och stärk den psykiatriska vården

Psykisk ohälsa och psykisk sjukdom påverkar miljontals människor runt om i världen. Oavsett om det handlar om ångest, depression, bipolär sjukdom eller andra psykiska sjukdomar, kan de ha en betydande inverkan på en persons livskvalitet och förmåga att fungera i vardagen.

Trots den ökande medvetenheten om psykisk ohälsa finns det fortfarande mycket stigma kring detta ämne, och många som lider av psykiska sjukdomar kämpar fortfarande med att få adekvat hjälp och stöd.

- Införa en fast vårdkontakt i psykiatrin.
- Att det ska vara lätt att söka och få hjälp vid psykisk ohälsa.
- Renovera vårdmiljöerna inom psykiatrin och rättpsykiatrin.
- Värna psykiatriambulansens uppdrag.
- Värna och utveckla självvald inläggning i psykiatrin.

Vårdcentralen och första linjens psykiatri

Inom vården är vårdcentralen ofta den första instansen dit människor vänder sig för att få hjälp med psykiska besvär. Där erbjuds första linjens psykiatri, med stöd och behandling för lättare till måttliga psykiska problem. För personer som behöver mer omfattande insatser eller har svårare psykiska sjukdomar finns specialistpsykiatrin som nästa vårdnivå. Den utgör ofta det yttersta skyddsnätet för människor i kris.

Idag brister vårdkedjan alltför ofta. Många patienter upplever att kontakten med psykiatrin avslutas abrupt, trots att risken för återfall är stor. Istället för att få ett samlat stöd bollas de mellan vårdcentralen, psykiatrin och olika mottagningar, utan en fast punkt eller samordning. Väntetiderna är långa, kontinuiteten bristfällig och trösklarna höga särskilt för personer med komplex problematik eller tidigare negativa erfarenheter av vården.

Inför en fast vårdkontakt i psykiatrin

Alla patienter som har kontakt med psykiatrin ska ha en namngiven fast vårdkontakt. Det är en person som följer individen över tid, ansvarar för samordning av vård, läkemedel och uppföljning och fungerar som en trygg punkt i vårdsystemet. En fast vårdkontakt minskar risken för felmedicinering, vårdbortfall och återinsjuknande. Lagen möjliggör detta redan idag, men i praktiken saknas systematiken. Vi vill göra det till norm.

Syftet med en fast vårdkontakt är att minska risken för att patienter faller mellan stolarna när ansvar för olika insatser fördelas mellan region och kommun. Det syftar vidare till att skapa en sömlös vårdprocess där socialpsykiatrin och psykiatrin samarbetar strukturerat. Genom exempelvis gemensamma vård- och omsorgsplaneringar och regelbunden kommunikation kan patienten få rätt stöd i rätt tid utan glapp i insatserna.

En namngiven kontaktperson bidrar till att vården blir mer sammanhållen och begriplig, vilket stärker patientens förtroende och följsamhet till behandlingen. Det underlättar vidare tidig upptäckt vid försämring och möjligheten att sätta in stöd i tid. Därmed minska behovet av akuta insatser och oplanerade inläggningar. På så sätt används både vårdens resurser mer effektivt, samtidigt som patienten får en tryggare och mer individanpassad vård.

Det ska vara lätt att söka och få hjälp vid psykisk ohälsa

Tidiga insatser sparar både lidande och resurser. Den nära vården på vårdcentraler och ungdomsmottagningar ska kännas trygg och fungera även vid lätt psykisk ohälsa. Det är viktigt att sänka trösklarna för att söka vård vid psykisk ohälsa, liksom att korta de köer som finns.

Utbyggd psykisk hälsovård ska vara en prioriterad del i utvecklingen av primärvården. Kontaktvägarna till vården, såväl fysiskt som digitalt, måste vara lättillgängliga. Det handlar inte minst om att anpassa budskap till specifika målgrupper, såsom unga människor, i miljöer där de rör sig.

Digitala besök kan vara ett sätt att öka tillgängligheten och särskilda insatser ska göras för att förebygga självmord. Den satsning som görs på första linjens psykiatri för barn och unga är ett steg i rätt riktning.

Renovera vårdmiljöerna inom psykiatrin och rättspsykiatrin

En god vårdmiljö är viktig för att främja hälsa och tillfrisknande i all sjukvård, men särskilt inom psykiatrin och rättspsykiatrin. Där vistas patienter ofta under längre perioder och behöver en trygg och respektfull miljö. Tyvärr är lokalerna inom dessa verksamheter ofta slitna och inte alltid anpassade efter dagens behov.

För att skapa vårdlokaler som är funktionella, trivsamma och anpassade till en modern och personcentrerad vård måste renovering och upprustning prioriteras. Därför är det positivt att det finns en beslutad plan för rättspsykiatrin för att både bygga ut antalet platser och rusta upp lokalerna.

Värna psykiatriambulansens uppdrag

Sedan 2015 har psykiatriambulansen (PAM) varit en viktig del av arbetet för att förbättra det akuta omhändertagandet av personer med psykisk ohälsa i Region Stockholm. Ursprungligen infördes tjänsten som en suicidpreventiv åtgärd, men den har snabbt utvecklats till att bli ett effektivt och uppskattat sätt att erbjuda ett tryggt, professionellt och värdigt bemötande vid psykiska kriser.

Region Stockholm var 2017 först i landet med att permanenta psykiatriambulansen. Det var ett viktigt steg mot att se psykisk ohälsa som ett lika akut vårdbehov som fysiska sjukdomar. Under 2022 utökades tjänsten från en till två psykiatriambulanser. Det har förbättrat tillgängligheten och möjligheten att snabbt rycka ut vid akuta situationer över hela Stockholms län.

Psykiatriambulansen är bemannad med psykiatrisjuksköterskor och ambulanspersonal med särskild kompetens för att möta människor i psykisk kris. Genom att personer i akuta psykiska tillstånd får rätt hjälp direkt, kan onödiga transporter till akutmottagningar undvikas och fler kan omhändertas i hemmet eller i lugnare miljöer. Det minskar också belastningen på annan akutsjukvård och frigör resurser till patienter med fysiska akuta tillstånd. Framför allt innebär PAM en stor vinst för den enskilda individen, som får möta personal med rätt kompetens i en svår stund.

Liberalerna värnar PAM eftersom det är ett tydligt exempel på hur vården kan organiseras för att ge människor med psykisk ohälsa ett mer mänskligt och respektfullt bemötande. Vi är därför positiva till det förnyade avtalet som säkerställer att psykiatriambulansen kan fortsätta utvecklas och finnas tillgänglig för dem som behöver den som mest.

Värna och utveckla självvald inläggning i psykiatrin

I Region Stockholm testades självvald inläggning först i mindre skala, för att sedan göras i bredare skala. Liberalerna vill att denna reform ska få finnas kvar och utvecklas. Rätten till självvald inläggning inom psykiatrin stärker individens självbestämmande och minskar behovet av tvångsåtgärder. När en patient med etablerad kontakt inom psykiatrin själv kan fatta beslut om att läggas in i heldygnsvård när sjukdomstillståndet är på väg att försämras skapas större trygghet och bättre förutsättningar för att hantera sjukdomen i tid. Det ger patienten en känsla av kontroll över sin egen behandling. Vidare minskar det även risken för att tillståndet förvärras till den grad att tvångsvård blir nödvändig.

Självvald inläggning erbjuds idag inom psykiatrisk heldygnsvård, exempelvis vid psykossjukdom eller ätstörning, och är ett viktigt verktyg för att stärka individens frihet och delaktighet i vården. Vid utskrivning ska täta kontakter med psykiatrin alltid erbjudas. Det är viktigt för att säkerställa att patienten får det stöd som behövs för att återhämta sig och må bättre på längre sikt.

Möjligheten till självvald inläggning är ett bra exempel på hur vården kan byggas utifrån varje människas rätt att påverka sin situation. Något som i sin tur minskar behovet av inskränkande tvångsåtgärder.

Läs mer om psykisk hälsa hos 1177.

Uppdaterad: 2 juli 2025