



Ungas psykiska hälsa i primärvården

Tilläggsuppdrag för vårdcentral – ett pilotprojekt

Krav- och kvalitetsboken är grunden.

[KoK boken 2019 >>](#)

Enligt separat plan; tilläggsuppdrag

– Ungas psykiska hälsa.

Förlängt - 31/12 2020

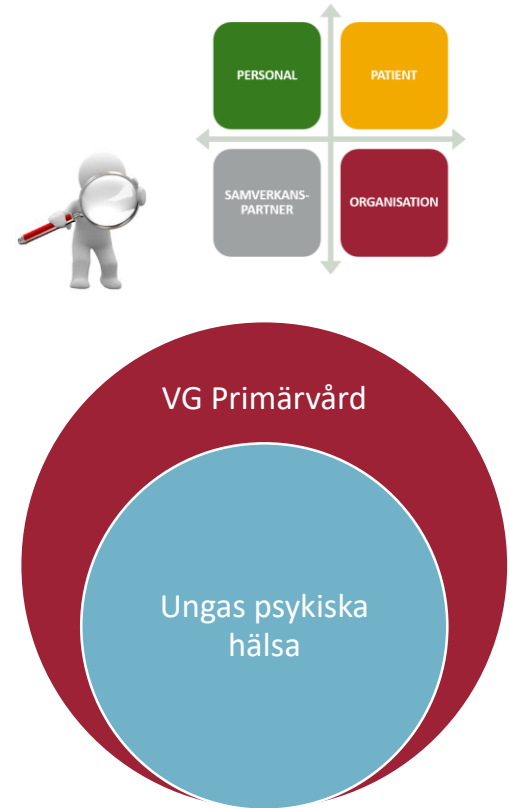
Målet är att bygga en modell som ligger till grund för framtidens primärvårdinsatser för barn, unga med psykisk ohälsa.



Ungas psykiska hälsa – förstärkt första linje i primärvården

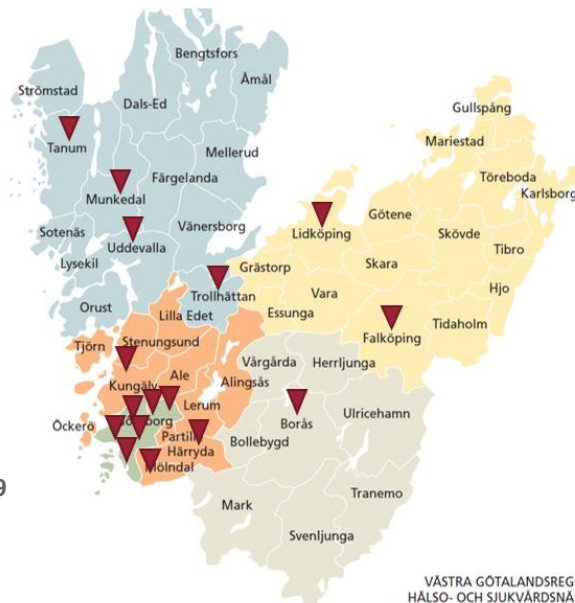
Koncept:

- **Extra resursförstärkning – personal**
- **Utbildningar**
- **En formativ utvärdering; löpande uppföljning och kontinuerligt utvecklingsarbete**
- **Återkoppling av beslutsunderlag kontinuerligt till uppdragsgivare**



Vårdcentraler med tilläggsuppdrag

- HSNÖ
 - **Närhälsan Guldvingens vårdcentral Lidköping**
 - **Närhälsan Oden vårdcentral Falköping**
- HSNS
 - **Närhälsan Södra Torgets vårdcentral Borås**
- HSNV
 - **Vårdcentralen Kusten Ytterby**
 - **Närhälsan Mölnlycke vårdcentral**
 - **Omtanken Mölndal – uppstart 2019**
- HSNN
 - **Närhälsan Dalabergs vårdcentral Uddevalla**
 - **Närhälsan Sylte vårdcentral Trollhättan**
 - **Närhälsan Munkedal vårdcentral – uppstart 2019**
 - **Kvarterskliniken Tanum – uppstart 2019**



- HSNB
 - **Capio Läkarhus Kvillebäcken**
 - **Omtanken vårdcentral och BVC Frölunda**
 - **Omtanken Landala**
 - **JohannesVården**
- HSNL
 - **Kungssportsläkarna – uppstart 2019**
 - **Capio Läkarhus Angered – uppstart 2019**

VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN!
HÄLSO- OCH SJUKVÅRDSNÄMNDEN
UPPDELADE I KOMMUNER

Behandling inom primärvården

Stegvis vård – vad kan vi göra idag?

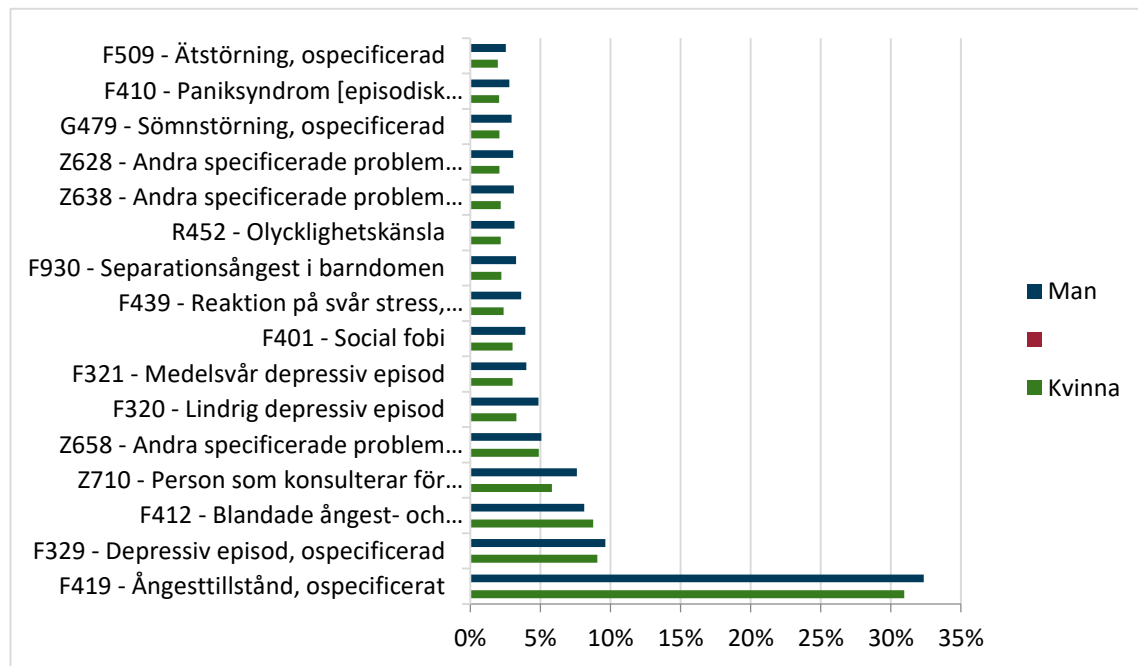


- Telefonrådgivning
- Psykopedagogiska insatser
- KBT - Individuellt, i grupp och internet (iKBT)
- Psykosocialbasbehandling tillsammans med föräldrar
- Gruppbehandling barn/ungdom och föräldrar/närstående
- Föräldrastöd individuellt och i grupp

- Frågor om våld och alkohol, droger
- SIP och samverkan viktigt!



De vanligaste diagnoserna fördelat på kön



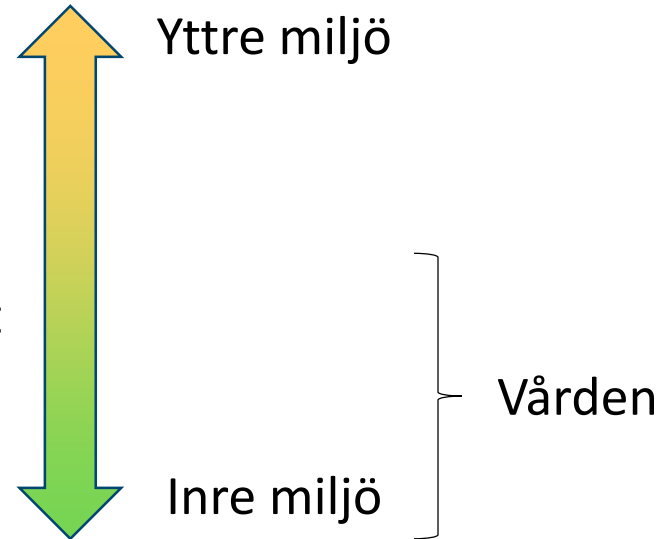
Total sammanslaget
2017 = 1807
2018 = 3985
2019 = 3546
totalt = 9337

God skolgång trots psykisk ohälsa

- Många gånger fungerar det bra
- Faktorer som bidrar till god skolgång trots psykisk ohälsa:
 - Goda relationer till lärare och annan skolpersonal
 - Bra anpassningar
 - Struktur och förutsägbarhet

Vad ser vi att barn och ungdomar mår dåligt av?

- Utsatthet och mobbing
- Stökig miljö, brist på organisation
- Bristande relationer till lärare
- Struliga kompisrelationer och ensamhet
- Dåliga skolresultat
- Prestationsångest



Vad ser vi för mönster hos barn och ungdomar som mår dåligt?

- Fokus på prestation
- Fokus på yttre attribut och statusmarkörer
- Många aktiviteter. Det mycket intryck.
- Lite umgänge IRL
- Undvikande av negativ affekt
- Självkritik, skam- och skuldkänslor

Överskott

Vad ser vi sällan hos barn och ungdomar som mår dåligt?

- Mod att pröva något nytt och svårt
- Fokus på att utveckla inre kvalitéer
- Sinnesro
- Närhet
- Acceptans för negativ affekt
- Självmedkänsla

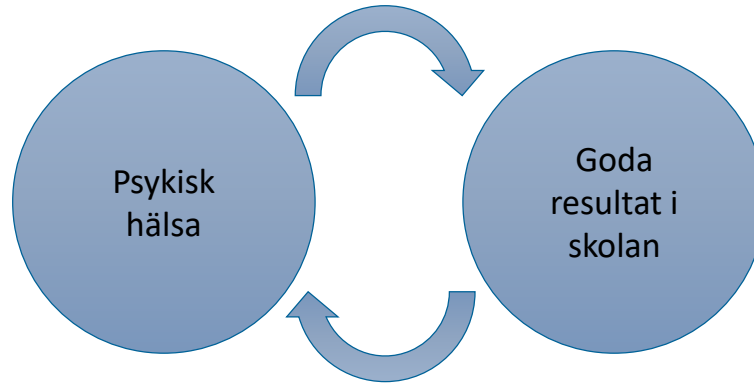


Underskott

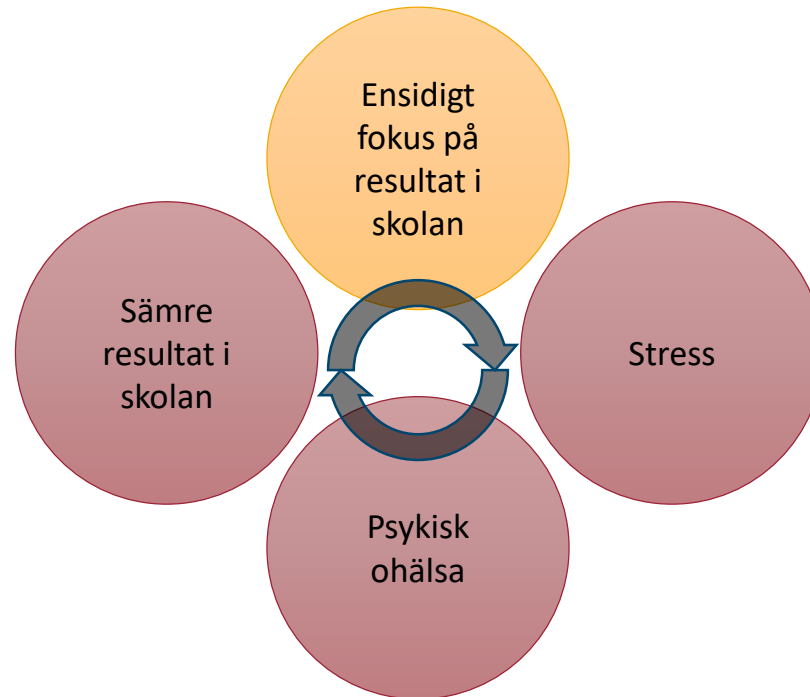
Vart är vi på väg?

- Stort fokus på prestation och statusmarkörer leder till prestationsångest och nedstämdhet
- Kontant aktivitet förhindrar att man vänder sig inåt
- Utan förmågan att blicka inåt utvecklar man inte förståelse för sig själv eller acceptans för sina känslor
- Utan förståelse för sig själv utvecklar man ingen självmedkänsla och får då svårt för närhet
- Utan acceptans för sina känslor får man ingen sinnesro

Relationen mellan prestation och psykisk hälsa

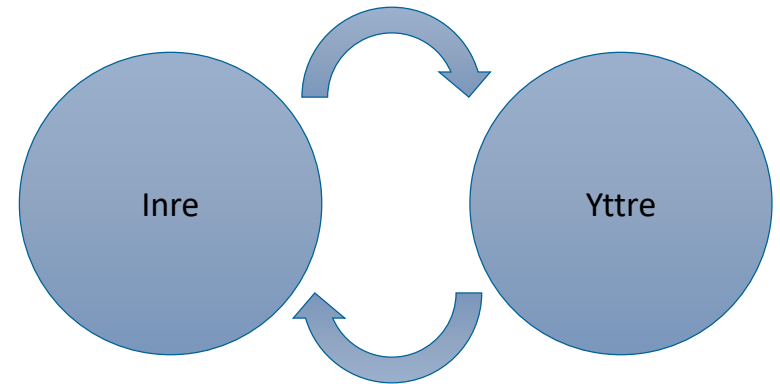


En annan relation mellan prestation och psykisk hälsa

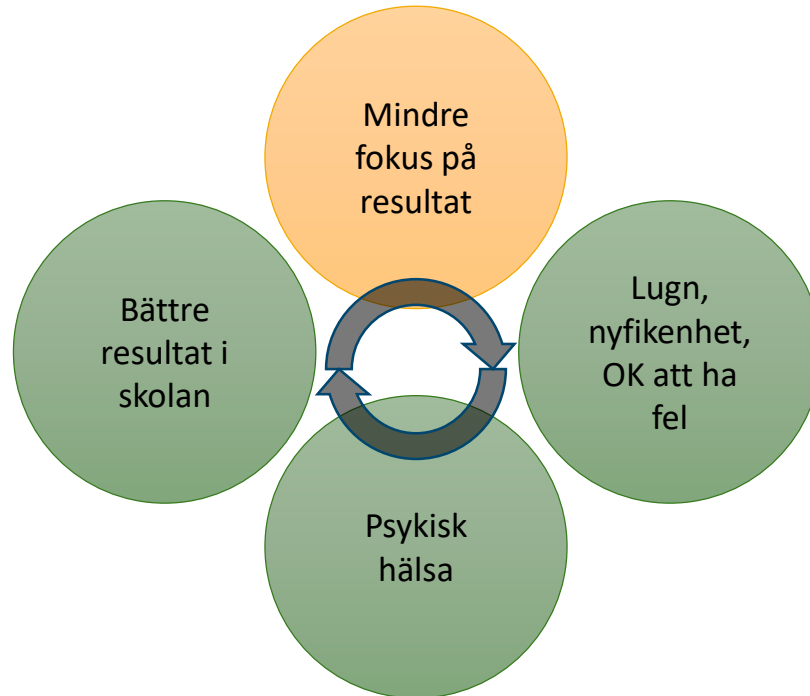


Vikten av balans

- Vi behöver balans mellan det inre och det yttre
- Utan balans fungerar vi inte så bra



Återställa balansen - en paradox



Kontakt med Ungas psykiska hälsa

Ungas psykiska hälsa på webben:

<https://www.vgregion.se/ungaspsykiskahalsa>

