

Mental helse Nordreisa

v/ Verna Lise Viken

Storvikveien 279, 9157 Storslett

07.03.2023

Til årsmøtet i Mental helse Troms og Finnmark

v/ Torill Akermann

### **Hjelpetelefon for Nord-Norge**

I Norge finnes det mange ulike hjelpetelefoner for ulike utfordringer i befolkninga. Mental Helse har ett av de største tilbudene med heldøgn bemannet hjelpetelefon i tillegg til Chat-tjeneste.

Vi i mental helse Nordreisa opplever ved flere anledninger klage på hjelpetelefonen 116 123. Erfaringer som er gjort i mental helse Nordreisa er at en havner som nummer 400 i telefonkø, og på andre dager nummer 1200. Dette kan ikke vi være bekjent med i en situasjon der folk trenger hjelp.

Vi vet at vi bor i en region der selvmordsstatistikken er høy, der både unge og voksne velger og ta sitt eget liv, i de fleste tilfeller menn. Målet med en hjelpetelefon må være å kunne få hjelp i det øyeblikket behovet viser seg, når en trenger en siste sjanse for å finne mening. Det gjelder ikke bare personer som er suicidale, men også de som har utfordringer med alvorlig selvskading, eller dyp depresjon. Å ringe inn til hjelpetelefon, for så å bli satt som nummer 700 i kø er ikke en god tjeneste.

Vi må kunne få tilbud om mental støtte eller hjelp når behovet er der. Med allerede store avstander til nærmeste sykehus eller behandlingssted vil en slik telefon kunne være en trøst, en redning eller en avgjørelse mellom liv og død, i verste fall. Det blir derfor større belastning på andre tjenester som Distrikt Psykiatrisk Senter eller den lokale legevakten 116 117.

Nord-Norge er et langstrakt geografisk område med kulturelle ulikheter hos våre innbyggere. Vi har gjennom tiden hatt en stor pågang av flyktninger som vi vet har behov for

støtte fra hjelpeapparatet. Da de er en gruppe som står i fare for å utvikle alvorlige psykiske helseplager.

Vi har i tillegg de samiske som vi vet ikke har et optimalt helsetilbud grunnet språk og kultur. Også her vil mental helse ha en viktig plass.

*«Det er på tide at vi løfter det samiske perspektivet i det psykiske helsefeltet ved å se på spesifikke samiske erfaringer. Vi ser tydelig at helsetjenesten trenger bedre skolering i kultursensitiv åpenhet og kunnskap om samisk kultur og livserfaring»*  
(psykiskhelse.no).

På lik linje som det samiske må Kvænsk kultur og språk bli møtt med respekt og forståelse av hjelper på 116 123.

I tillegg er det alle andre Nord-Norske menn og kvinner deriblant innvandrere som vil kunne stå i en situasjon hvor en trenger noen å prate med.

Det er fra 2018 i Nord-Norge 20 menn og 7 kvinner som har tatt sitt eget liv, og vi kan se at tendensen er økende jf. 5 års perioden fra bilde under i helseregion Nord.

År		2014	2015	2016	2017	2018
Geografi	Kjønn					
	menn	15	15	16	15	17
<a href="#">Hele landet</a>	kvinner	6	7	8	8	8
<a href="#">Helseregion Sør-Ost</a>	menn	16	15	15	14	17
	kvinner	6	7	8	8	9
<a href="#">Helseregion Vest</a>	menn	14	14	14	14	16
	kvinner	7	9	9	6	8
<a href="#">Helseregion Midt-Norge</a>	menn	15	18	16	13	17
	kvinner	4	6	6	8	5
<a href="#">Helseregion Nord</a>	menn	13	14	16	18	20
	kvinner	4	4	7	6	7

(www.Norgheslusa.no- Dødsårsaker, nøkkeltall- selvmord).

Det er tydelig at pågangen hos hjelpetelefonen er stor av ulike årsaker, og når en endelig når igjennom er hjelpen uvurderlig.

Vi i Mental Helse Nordreisa ønsker å kjempe for en hjelpetelefon som vil dekke vår region i Nord Norge, og på denne måten være med på å gi et enda bedre tilbud til alle som bor her. Da med tanke på språk- og kulturtilpasset støtte.

Referanser:

<https://psykiskhelse.no/samers-rett-til-god-psykisk-helse/>

[https://www.norgeshelsa.no/norgeshelsa/velocity?headers=AAR&AARslice=2018\\_2018&stubs=GEO&stubs=KJONN&AARSAK=SELMORD&measure=common&virtualslice=Adjusted\\_value&ALDERslice=0\\_74&GEOslice=0&layers=ALDER&layers=virtual&layers=AARSAK&study=http%3A%2F%2F10.1.5.31%3A80%2Fobj%2FfStudy%2Fnokkeltall-LHF2020&AARSAKslice=SELMORD&ALDERsubset=0\\_74&mode=cube&KJONNsubset=1++2&virtualsubset=Adjusted\\_value&v=2&KJONNslice=1&AARsubset=2014\\_2014++2018\\_2018&context=http%3A%2F%2Fnorgeshelsa.no%3A80%2Fobj%2FfCatalog%2FNorgeshelsa&measuretype=4&cube=http%3A%2F%2F10.1.5.31%3A80%2Fobj%2FfCube%2Fnokkeltall-LHF2020\\_C1&AARSAKsubset=SELMORD&GEOsubset=0%2C81+-+84#tag\\_0](https://www.norgeshelsa.no/norgeshelsa/velocity?headers=AAR&AARslice=2018_2018&stubs=GEO&stubs=KJONN&AARSAK=SELMORD&measure=common&virtualslice=Adjusted_value&ALDERslice=0_74&GEOslice=0&layers=ALDER&layers=virtual&layers=AARSAK&study=http%3A%2F%2F10.1.5.31%3A80%2Fobj%2FfStudy%2Fnokkeltall-LHF2020&AARSAKslice=SELMORD&ALDERsubset=0_74&mode=cube&KJONNsubset=1++2&virtualsubset=Adjusted_value&v=2&KJONNslice=1&AARsubset=2014_2014++2018_2018&context=http%3A%2F%2Fnorgeshelsa.no%3A80%2Fobj%2FfCatalog%2FNorgeshelsa&measuretype=4&cube=http%3A%2F%2F10.1.5.31%3A80%2Fobj%2FfCube%2Fnokkeltall-LHF2020_C1&AARSAKsubset=SELMORD&GEOsubset=0%2C81+-+84#tag_0)

Med vennlig hilsen  
Mental helse Nordreisa  
✓ Leder Verna L. Uikent