



Helse- og omsorgsdepartementet  
Postboks 8011 Dep  
0030 Oslo

Dato  
08.03.2022

## Innspill til statsbudsjettet 2023

Siden 12. mars 2020 har mange levd i stor usikkerhet og under svært krevende omstendigheter. Alle har blitt berørt. Pandemien har blitt mer langvarig og krevende enn man kunne forestille seg og det har blitt avslørt store mangler i norsk psykisk helsevern som følge av en årelang nedprioritering.

På 20 år har over 3000 døgnplasser forsvunnet, uten at tilsvarende oppjustering har blitt gjort i polikliniske enheter i kommunene. På 10 år har antall liggedøgn blitt redusert fra 27 døgn til 18, noe psykiaterne selv mener er for lite til å kunne utrede og behandle pasientene. I spesialisthelsetjenesten er ventetiden økende, flere steder over 60 dager. Andel fristbrudd øker og 1 av 4 blir avvist behandling før de engang er utredet. I Helsesørøst, hvor majoriteten av befolkningen bor, er ventetiden hos mange avtalespesialister over 1 år. Barn- og ungdomspsykiatrien er overbelastet og flere unge utvikler spiseforstyrrelser og selvskadning. Mange står i fare for å få varige konsekvenser av sen eller mangelfull behandling og etterslepet er stort. Nivået på psykisk helsevern er nå kritisk.

Samtidig har flere dramatiske hendelser tvunget frem en politisk debatt om å åpne for økt bruk av tvang. Norge er allerede et av landene med høyest bruk av tvang innen psykisk helsevern og trenden er økende. I 2020 var det på nasjonalt nivå 12,7% flere tvangsinnleggelses enn i 2017. Mental Helse mener at mange ikke får den hjelpen de trenger, men ved å styrke kapasiteten og kompetansen i psykisk helsevern kan pasienter og brukere sikres den behandlingen de har krav på.

Mental Helse har valgt ut følgende tre områder innen psykisk helse som vi prioriterer.

- Forebygging og lavterskel
- Styrke kvalitet og samhandling i psykisk helsevern
- Tvang

### Rask psykisk helsehjelp

De største helseutfordringene blant norske yrkesaktive, både når det gjelder omfang og kostnader i form av redusert helse, sykefravær og uførhet, er lettere psykiske plager som angst og depresjon. Disse utgjør 45% av de på AAP og 70% av unge under 30 år på AAP. I tillegg til å være en stor økonomisk kostnad for samfunnet er psykiske helseutfordringer svært belastende for de som ikke får den hjelpen de trenger. Psykiske helseplager kan redusere livslengden med 10-20 år, ifølge WHO.

Rask psykisk helsehjelp er et korttids behandlingstilbud i kommunen for personer over 16 år med mild til moderat angst, depresjon, begynnende rusproblemer og/eller søvnevansker. Man trenger ingen henvisning og tjenesten er gratis. 6 av 10 blir friske etter behandling, noe som avlaster andre kommunale- og spesialisthelsetjenester. Men bare et fåtall kommuner har innført dette tilbudet. Det ble i statsbudsjettet 2022 bevilget 14,1 mill. kroner til utvikling av Rask psykisk helsehjelp.

*Mental Helse mener at det må innføres et nasjonalt minstekrav for lavterskeltilbud i kommunene så hele befolkningen kan få tilbud om rask psykisk helsehjelp. Mental Helse foreslår at denne posten på statsbudsjettet: kap. 765, post 21, Rask psykisk helsehjelp økes til 200 millioner slik at tjenesten kan rulles ut i alle landets kommuner.*

### **Mental Helses hjelpetelefon**

Mental Helses hjelpetelefon er landets eneste livsnøyttrale døgnåpne telefontjeneste og er et viktig verktøy for å forebygge selvmord samt et godt tilbud for de som trenger noen å snakke med. Igjennom pandemien har det vært en økt pågang på alle våre tjenester. Ekstrabevilgningene siden 2019 har gjort at vi har kunnet doble antall besvarte henvendelser og vi har opprettet en egen tjeneste for studenter som mange har benyttet seg av. I tillegg har vi åpnet landets eneste døgnåpne lavterskel-chat og vi ser at behovet for å videreføre og utvikle denne tjenesten er stor. Bare det siste halvåret har antallet besvarte chat-meldinger blitt doblet til 10.000 i måneden. Chat-tjenesten er åpen for alle, men benyttes i stor grad av barn og unge.

*Mental Helse mener regjeringen burde satse på de eksisterende hjelpetjenestene og skrinlegge planene for å samkjøre disse under et felles nummer. I årets budsjett ble 27,5 millioner tildelt til hjelpetelefonen som har vært en reell nedgang mot året før samtidig som pågangen har vokst. For å opprettholde kvaliteten og kapasiteten ber Mental Helse om at bevilgningene øker til 32,5 millioner ved neste års budsjett.*

### **Verdensdagen for psykisk helse**

Verdensdagen for psykisk helse markeres 10. oktober og er en nasjonal befolkningskampanje for å øke kunnskap, åpenhet og forståelse om psykisk helse. Kampanjen mobiliserer kommuner, skoler, arbeidsplasser, organisasjoner og enkeltpersoner fra hele landet til tiltak og engasjement som styrker den psykiske folkehelsen, gjennom markeringer i uke 39-42 hvert år. Rekkevidden av kampanjen har økt betraktelig de siste årene, og i 2021 var det mer enn 3100 markeringer over hele landet. Det er en 42 prosent økning fra året før. Samtidig nådde vi 1,8 millioner mennesker gjennom sosiale medier, og hadde mer enn 600 medieoppslag i kampanjeperioden. Flere enn noen gang bruker Verdensdagen som en anledning til å sette psykisk helse på agendaen i sitt miljø.

*Mental Helse mener regjeringen burde øke bevilgningen til Verdensdagen for psykisk helse, for å kunne møte det store og voksende engasjementet for psykisk helse i samfunnet, og for å ha kapasitet til å følge opp og tilrettelegge for flere og mer varierte markeringer over hele landet. Mental Helse ber om at bevilgningene øker til 9,3 millioner ved neste års budsjett.*

### **Selvmordsforebygging**

Regjeringen har i 2020 forpliktet seg til en nullvisjon igjennom *Handlingsplan for selvmordsforebygging*. Dette er ment som et forpliktende verktøy og en målsetting som skal jobbes med fremover.

Selvmordsforebygging er svært viktig og Mental Helse savner en reell satsing på dette området. Å nøye seg med å videreføre lave bevilgninger er svært lite ambisiøst.

*Mental Helse foreslår at bevilgningen for neste år bevilges 90 millioner så regjeringen viser handlekraft i arbeidet med selvmordsforebygging.*

### **Selvmondsforebygging blant unge (YAM)**

For å forebygge selvmord må vi sørge for at barn og unge vokser opp i trygge omgivelser, og at de har noen å gå til når de sliter. Ungdom må få redskap og verktøy til å takle kriser og utfordringer. Klasseromprogrammet YAM (Youth Aware of Mental Health) må innføres i ungdomsskolen; det gir 50% reduksjon av depresjoner og selvmordstanker ett år etter fullført kurs. YAM er internasjonalt anerkjent, og det er dokumentert virksomt.

*Etter å ha søkt støtte til dette i 4 år, så fikk Mental Helse 800.000 i tilskudd i fjor for å starte opp. Mental Helse ber om at YAM tildeles 5 millioner så programmet kan sikres en god etablering og utrulling i hele landet.*

### **Opptappingsplan og kvalitetsreform**

Mental Helse etterlyser en mer helhetlig tenkning på tvers av sektorer og departementene når det gjelder psykisk helse. En bærekraftig helsetjeneste innebærer en prioritering av forebygging, læring og mestring, bedre samhandling og gode pasientforløp med fokus på kvalitet. Riksrevisjonens rapport om psykiske helsetjenester konkluderer med at helsetjenestene har for store variasjoner i kvalitet, tilbud og kompetanse. Særlig gjelder dette for de med alvorlig sykdom, traumer samt barn og unge. Mental Helse etterlyser et kompetanse- og kapasitetsløft i hele det psykiske helsetilbudet. Mange ender opp med å ikke få den hjelpen de trenger, og psykisk helsevern blir fortsatt nedprioritert i kommunenes og helseforetakenes budsjetter.

*Mental Helse mener at psykisk helsefeltet har blitt nedprioritert over lang tid og at det nå er sterkt nødvendig med en forpliktende opptappingsplan og kvalitetsreform innen psykisk helse. Det er et stort behov for kompetanse- og kapasitetsløft i psykisk helsevern. Dagens nivå er på flere områder ikke forsvarlig. Det må bevilges 2 milliarder i friske midler til en opptappingsplan og kvalitetsreform innen psykisk helse.*

### **Fastlegeordningen**

Fastlegen er ofte pasienters første møte med helsevesenet når man sliter psykisk. Fastlegen spiller også en viktig rolle i samhandling mellom kommunene og helseforetakene. Med fastlegemangel og manglende kompetanse om psykisk helse står pasienten i fare for å ikke få god nok oppfølging. Derfor må fastlegeordningen styrkes og prioriteres høyt i de kommende budsjettene.

*Mental Helse mener det må settes av 400 millioner til en fastlegereform for kommunene samt at det utøves en kompetanseheving innen psykisk helse hos fastlegene.*

Med vennlig hilsen

**Jill Arild**  
Landsleder

**Linda Berg-Heggelund**  
Generalsekretær