



# Ungas psykiska hälsa

Maria Unenge Hallerbäck, överläkare BUP, klinisk lektor

# Hur mår våra unga?

Var tionde 13-17-åring har kontakt med BUP.

Det är en högre andel än i jämförbara länder.

Vilka faktorer påverkar barns psykiska hälsa?

Varför har så många barn och ungdomar behov av specialistpsykiatri?

# Fem förslag för att minska psykisk ohälsa hos unga

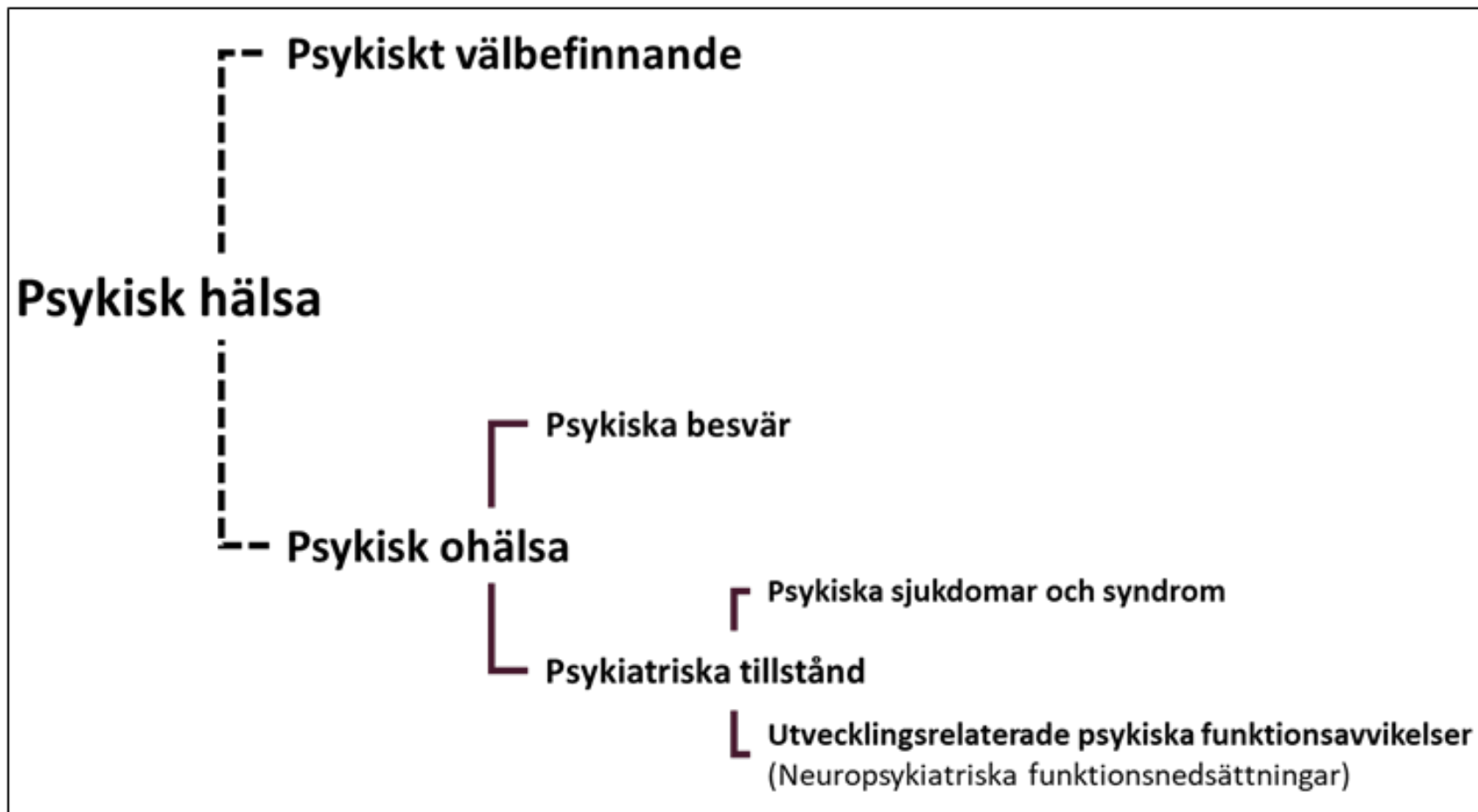
1. Regelbunden strukturerad fysisk aktivitet
2. Balans mellan tid ägnad åt digitala medier och hälsofrämjande aktiviteter
3. “Livskunskapsprogram” som hjälp till att stärka självkänslan, hantera stress och skapa positiva förändringar
4. Främja psykisk hälsa i skolmiljön genom att anpassa kunskaps- och betygskrav till ungas utveckling och förutsättningar
5. Tidig upptäckt och stöd till unga med ökad risk för sämre psykisk hälsa



## *Kraftsamling för ungas psykiska hälsa*

Kunskapssammanfattning och förslag till interventioner från Svenska Läkaresällskapet arbetsgrupp 2021

# Hur definieras psykisk ohälsa?



# Psykiatriska tillstånd som alltid eller ofta debuterar före 18 års ålder

## Psykiska sjukdomar

- Depressiva syndrom
- Ångestsyndrom
- Tvångssyndrom
- Anorexia och Bulimia Nervosa
- Trauma- och stressrelaterade syndrom
- Utagerande beteende, impulskontroll och uppförande störningar
- Kroppssyndrom
- Bipolära syndrom
- Schizofreni

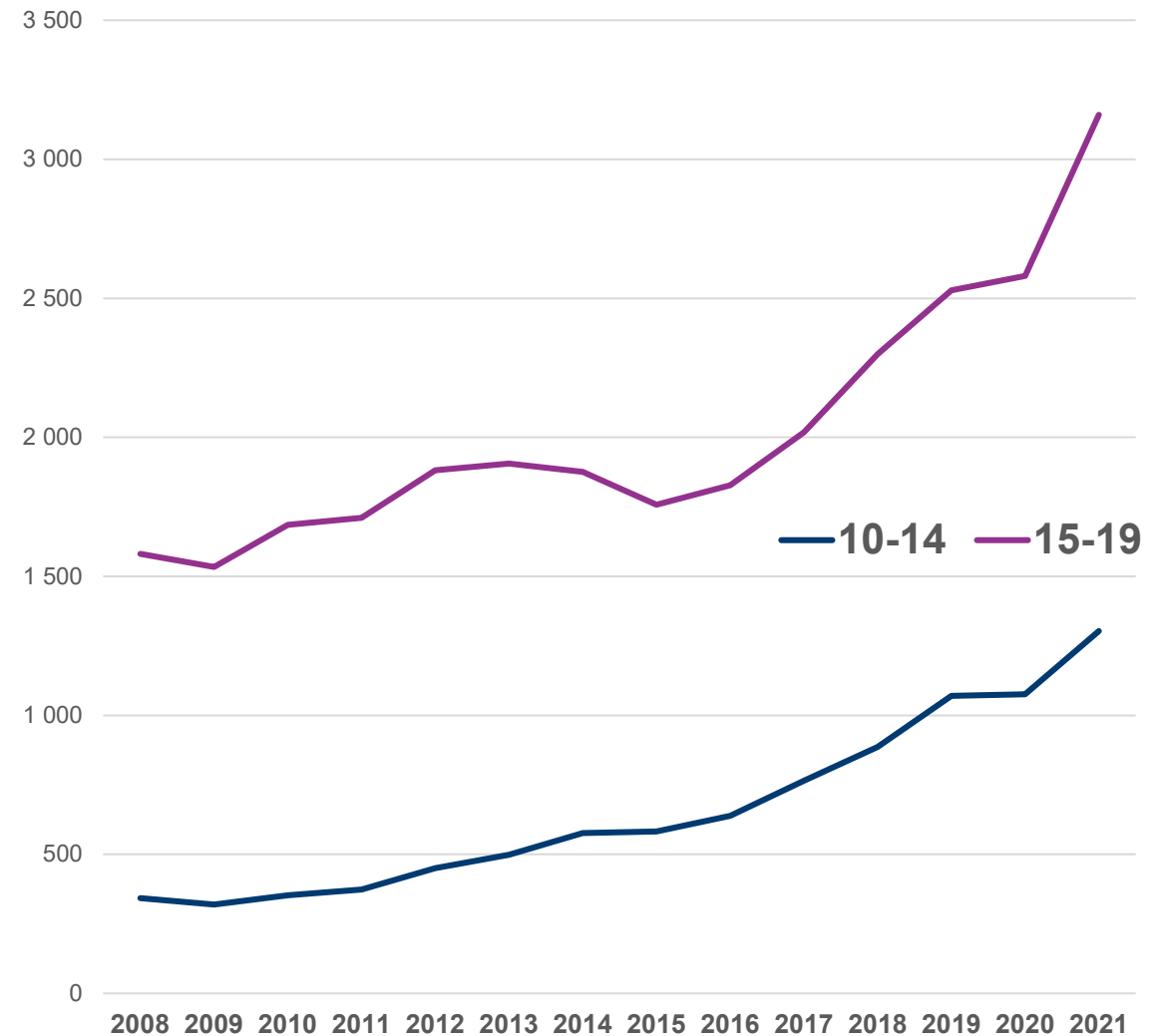
## Utvecklingsrelaterade tillstånd

- Autism (Aspergers syndrom)
- ADHD, ADD
- Tourettes syndrom

# Ätstörningar

antal patienter

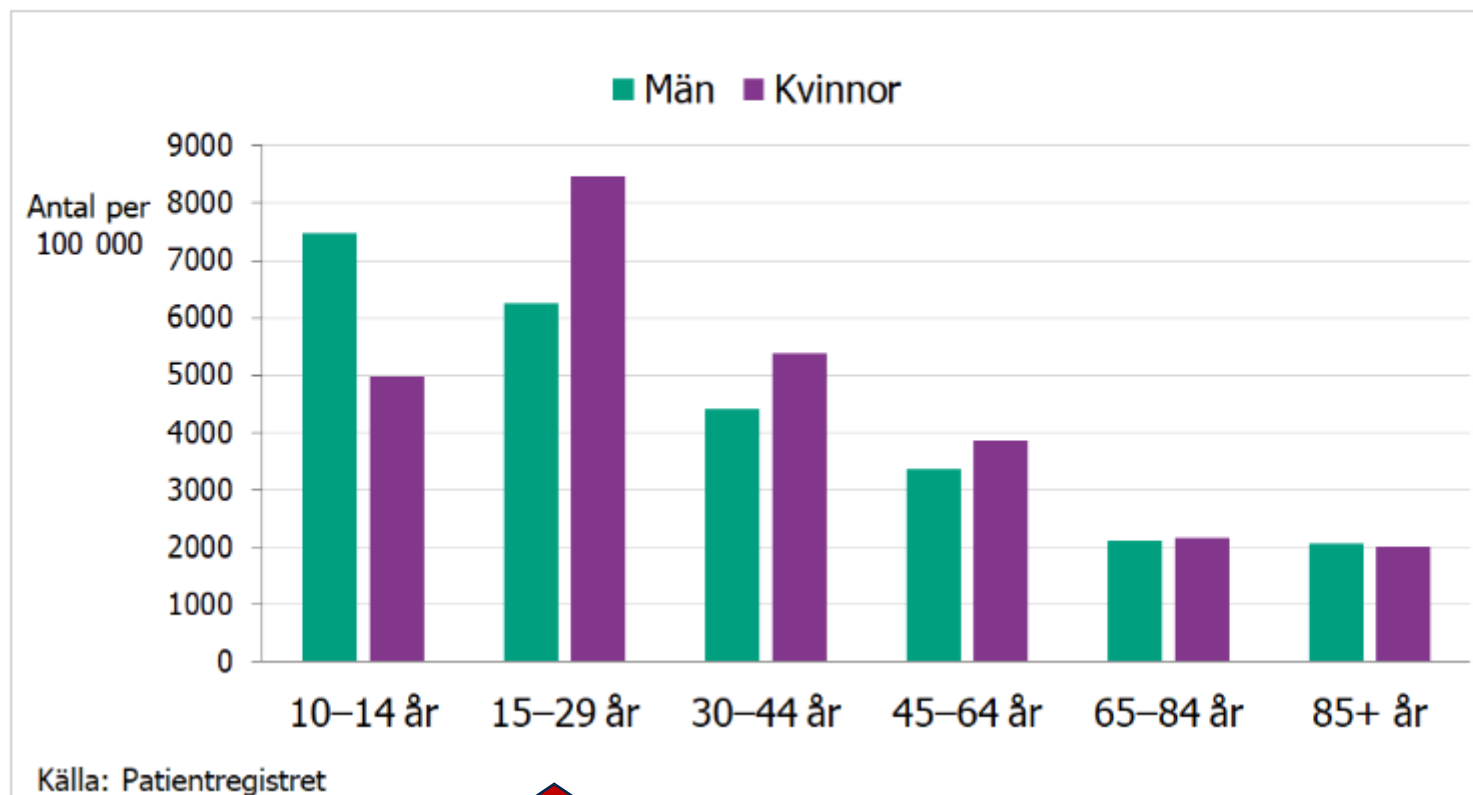
10-14 år och 15- 19  
år gamla i Sverige



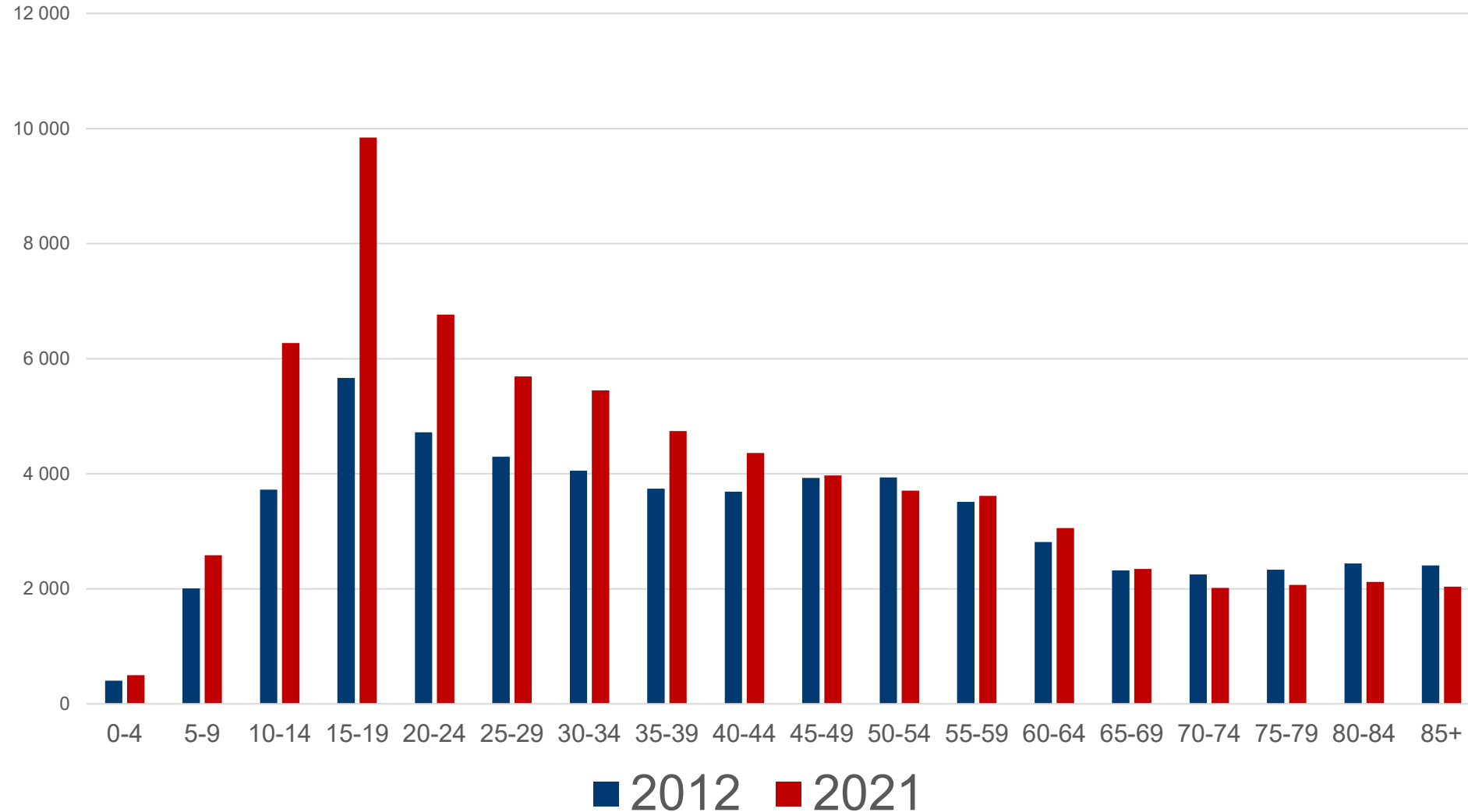


Folkhälsomyndigheten

**Figur 3. Antal kvinnor och män per 100 000 invånare i olika åldersgrupper som har fått psykiatrisk öppen- eller slutenvård 2021.**



# Antal per 100 000 invånare, läkarbesök inom specialistvården pga psykiatriskt tillstånd (ICD F00-F99)







Folkhälsomyndigheten

Läkarbesök inom  
psykiatrisk  
specialistvård  
2021.

Antal patienter/  
100 000  
invånare.

Det vanligaste  
tillståndet i varje  
åldersgrupp är  
fetmarkerat.

[Statistik psykisk hälsa —  
Folkhälsomyndigheten  
\(\[folkhalsomyndigheten.se\]\(https://www.folkhalsomyndigheten.se\)\)](#)

Ålder	Adhd	Autism	Ångest	Depression	Beroende	Schizofreni
10–14 år	<b>2934</b>	908	394	182	35	4
15–29 år	<b>2863</b>	922	2000	1405	712	213
30–44 år	1241	347	<b>1561</b>	1260	688	405
45–64 år	503	112	<b>1079</b>	1046	638	517
65–84 år	41	11	412	<b>655</b>	315	334
85+ år	3	5	310	427	71	116

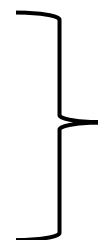
# ADHD är en riskfaktor för andra tillstånd

- Psykiatriska tillstånd –
  - ångestsyndrom, depression, substansmissbruk mm
- Somatiska tillstånd
  - Övervikt, diabetes mellitus, hypertoni, förtidig död
- Skolmisslyckande
- Social problematik
  - Relationsproblem, arbetslöshet

**BUP arbetar inte bara med behandling utan med förebyggande vård**

# När ska barn med ADHD till BUP?

- Innan problem uppkommit?
  - Föräldrar till livliga förskolebarn vill ha stöd från BUP för att barnet kan komma att få problem
- När det är eller riskerar att bli problem i skolan?
  - Föräldrar och skola vill ha stöd från BUP för att barnet har problem i skolan
- När det är problem hemma?
- När barnet själv upplever problem?



**Här finns metoder  
behandling på  
BUP**

# Prioriteringar

- Självmordsförsök eller hög självmordsrisk
- Allvarliga ätstörningar
- Låg funktionsnivå i vardagen och/eller stort lidande
- Barn med symtom som kan leda till problem, misstänkt ADHD, autism

Alla ska ha ett första besök inom 30 dagar från remissen skrevs och nästa besök inom ytterligare 30 dagar.

# Skolhälsovård i Sverige

- De första skolläkarna anställdes vid läroverk och folkskolor redan på 1830-talet
- Skolhälsovård infördes i läroplanerna under 1960-talet (Lgr 1962 och Lgr 1969) som en del av elevvården. Skolhälsovården skulle bland annat **kartlägga elevernas fysiska och psykiska tillstånd** genom återkommande klassundersökningar.
- Enligt 14 kap. 2 § 1985 års skollag skulle skolhälsovården ansvara för att **följa elevernas utveckling, bevara och förbättra deras själsliga och kroppsliga hälsa och verka för sunda levnadsvanor hos dem.**
- Elevhälsa infördes som juridiskt begrepp i skollagen 2010 och avser medicinska, psykologiska, psykosociala och specialpedagogiska insatser. Elevhälsan ska främst vara **förebyggande och hälsofrämjande och stödja elevernas utveckling mot målen.**
- Inom elevhälsan ska finnas **tillgång till** skolläkare, skolsköterska, psykolog och kurator samt personal med sådan kompetens att elevernas behov av specialpedagogiska insatser kan tillgodoses. Elevhälsan har även ett **särskilt ansvar när det gäller att utreda och kartlägga elevers svårigheter att nå målen för utbildningen.**

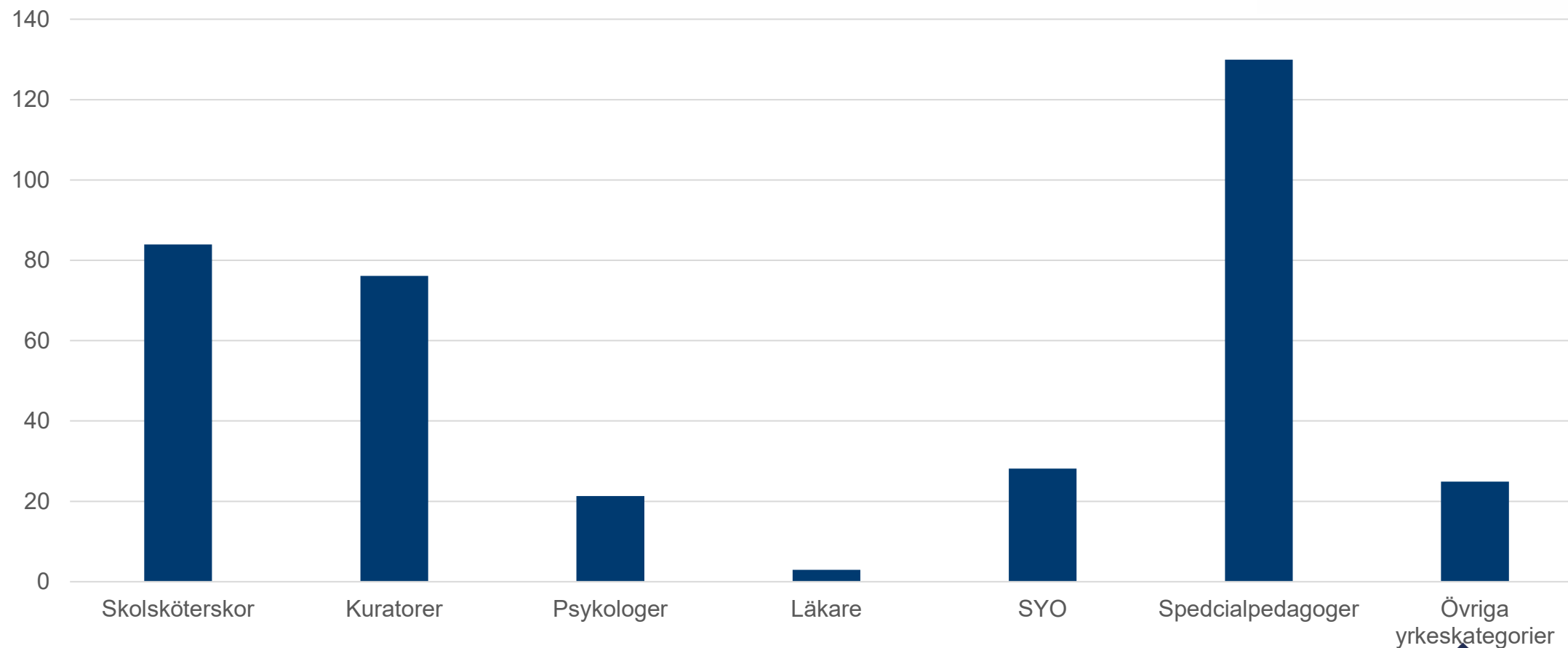
**”elevers svårigheter att nå målen för  
utbildningen.”**

**Det är inte samma sak som att tidigt upptäcka  
barn med psykisk ohälsa**

# Bemanning Elevhälsan i Värmland 2020

Granskning av samverkan  
mellan region och kommun  
kring barn och unga med  
psykisk ohälsa

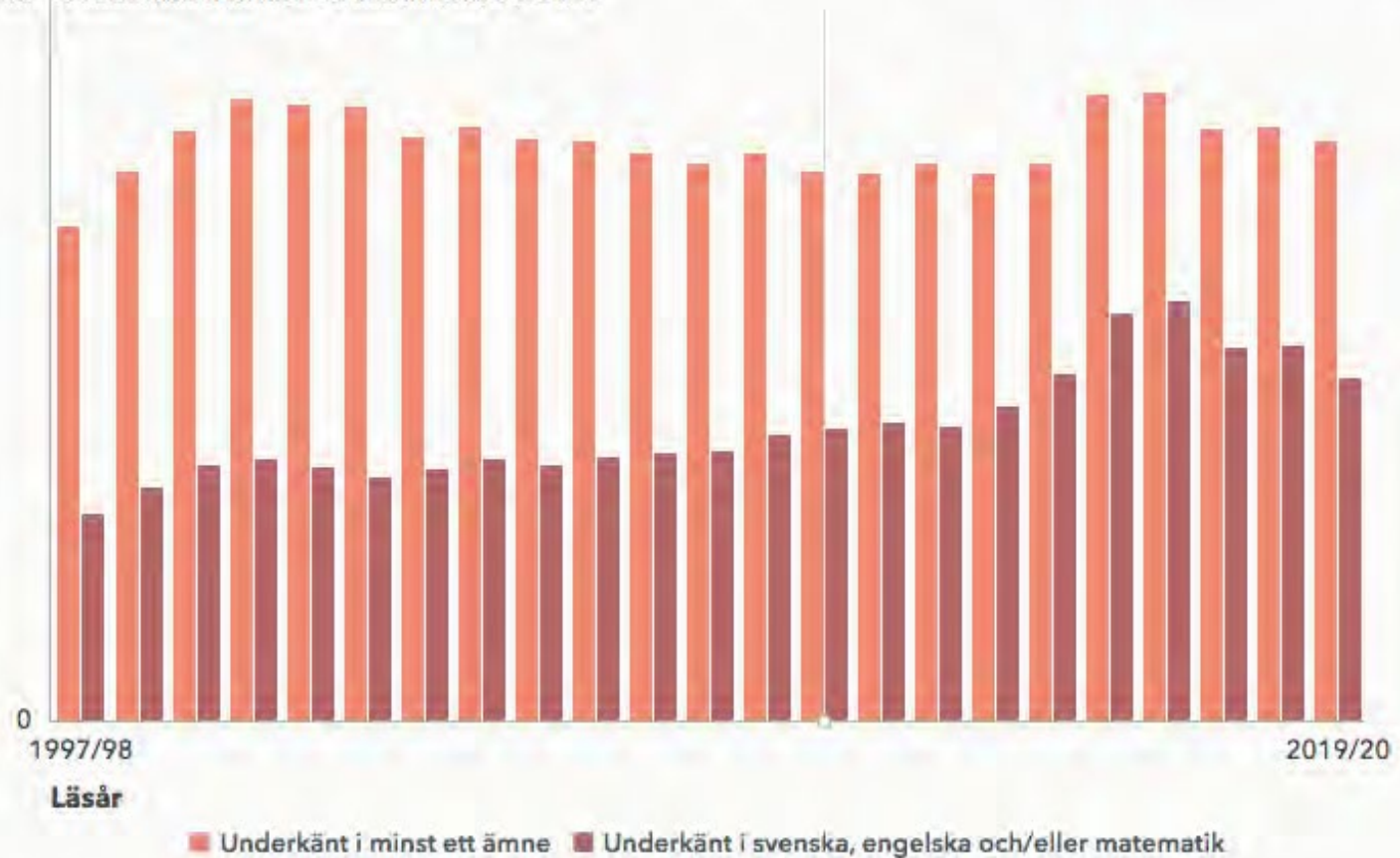
April 2021



## Ej fullständiga betyg grundskolan, tidsserie



30 Procentuell andel av totalt antal elever



Källa: Skolverket



# ...samtidigt pågår identitetsutvecklingen...



- Vem är jag?
- Vad klarar jag?
- Hur uppfattas jag av andra?

# Diskussion

- Glapp mellan elevhälsans förebyggande, främjande uppdrag och BUPs uppdrag och prioriteringar
- Elevhälsan uppdrag att kartlägga elevers svårigheter att nå målen och inte att identifiera barn som behöver hälso- och sjukvård
- Första linjens uppdrag gentemot elevhälsan
- Undvika att diagnoser används för att styra resurser och för att anpassa scheman så barn med diagnos får mindre undervisning
- Träna eller underlätta med hjälpmedel, t ex läsa och skriva



# Tack för uppmärksamheten

[maria.unenge.hallerback@regionvarmland.se](mailto:maria.unenge.hallerback@regionvarmland.se)