



Bedre Psykiatri København

Politisk Udvalg

# København: Mental grøn by

Byen, hvor mental sundhed og psykiatri er i højsædet

Oplæg til møde med Overborgmesteren den 19. august 2022

## Indhold

1. Introduktion .....	2
2. Visionen om København som mental grøn by .....	2
3. Mål .....	3
4. Otte forslag til målsætninger .....	3
1. <i>Én samlet indgang til det kommunale system for borgere med psykiske lidelser og deres pårørende</i> .....	3
2. <i>Sammenhæng og koordination: En målrettet indsats omkring samarbejde på tværs af forvaltninger, mellem region og kommune og mellem kommune, region og civilsamfund</i> .....	3
3. <i>Styrkede indsatser i socialpsykiatrien</i> .....	4
4. <i>Indsats omkring afstigmatisering og aftabuisering</i> .....	4
5. <i>Målrettede indsatser omkring mental trivsel i skoler, ungdomsuddannelser og dag- og fritidstilbud</i> 5	
6. <i>Skabe fællesskaber for børn, unge og voksne med mental mistrivsel eller psykisk sygdom</i> .....	5
7. <i>Opprioritering af viden og kompetencer hos udvalgte fagpersoner</i> .....	5
8. <i>Styrket og systematisk hjælp til og inddragelse af pårørende - synlig og nem adgang til kommunens tilbud og rådgivning på området</i> .....	5
5. Udvalgte baggrundsfakta .....	6
Bilag .....	7

## 1. Introduktion

Dette skriv er ment som idéoplæg til et politisk manifest vedrørende visionen **København: Mental grøn by**.

Psykisk sygdom og faldende mental sundhed er en udfordring for folkesundheden i Danmark - det viser al statistik med stor tydelighed. Bedre Psykiatri København ønsker derfor med dette ideoplæg at gøre København til en by, hvor psykiatri og mental trivsel står øverst på dagsordenen i kommunen.

Oplægget bygger på de samtaler og møder, vi i Bedre Psykiatri Københavns Politiske Udvalg har haft med borgmestere, politikere og forvaltning i Københavns Kommune, samt på de faglige analyser og kommunale politikere, der ligger på området.

Med politisk vilje, erfaring og indsigt i psykiatrien har vi nu en helt unik mulighed for at gøre København til en foregangsby på det psykiatriske og mentalt forebyggende område.

Det åbner mulighed for, at overborgmesteren sætter sig i spidsen for, at København skaber de nødvendige indsatser og binder de mange eksisterende tiltag sammen i en samlet strategi – en **kommunal tiårig psykiatriplan**, der matcher ambitionsniveauet i det faglige oplæg fra Sundhedsstyrelsen og Socialstyrelsen (jan. 2022) om en samlet tiårig plan for den samlede psykiatri i Danmark.

Forslaget lægger op til markant styrkelse af socialpsykiatrien for at forkorte sygdomsforløbet for de ca. 70 procent, undersøgelser påviser kan blive raske ved en resursestærk og rettidig indsats. Derfra kan der skabes kompetencegivende forløb til at hjælpe borgerne med en psykisk lidelse ind på arbejdsmarkedet eller i uddannelsesforløb. Dette ser vi langsigtet som en både personlig og samfundsmæssig gevinst, vi kan opnå ved at foretage de nødvendige investeringer her og nu.

## 2. Visionen om København som mental grøn by

- En by der skaber værdighed i alles tilværelse.
- En by der forebygger mental mistrivsel.
- En by med plads til alle, og med en erkendelse af, at alle skal tilbydes den rette hjælp i rette tid.
- En by der anerkender diversiteten i mental sundhed og psykisk sygdom og derfor bygger på fleksible, rettidige, smidige tilbud med afsæt i det enkelte menneske og hele dets situation.
- En by der tager ansvar og sætter mental sundhed på skoleskemaet og tænker den ind i børn og unges fritid og dagtilbud.

### 3. Mål

Der formuleres klare politisk forpligtende mål på fokusområder som f.eks.:

- At udvikle og implementere en samlet langsigtet plan for psykiatri og mental trivsel i Københavns Kommune
- At opnå 70 procent raske efter psykisk sygdom
- At skabe bredere viden om mental sundhed
- At styrke og systematisk inddrage de pårørende til mennesker med en psykisk sygdom
- At yde hjælp og rådgivning til de pårørende for at begrænse sygemeldinger og ufrivillig afgang fra arbejdsmarkedet
- At øge antallet af unge, der kan gennemføre en ungdomsuddannelse
- At nedbringe bekymrende skolefravær
- Oprettelse af en kommunal psykiatralliance, der skal medvirke til at udvikle og implementere planen

### 4. Otte forslag til målsætninger

#### 1. *Én samlet indgang til det kommunale system for borgere med psykiske lidelser og deres pårørende*

- Én indgang, synlig og let tilgængelig for alle, der har behov for hjælp, det være sig pårørende, den syge eller barn og ung i mistrivsel.
- Umiddelbar adgang til lettilgængelige tilbud målrettet børn og unge med mistrivsel eller mistanke om mistrivsel, herunder de grupper af børn og unge, der har særlig risiko for mistrivsel.

#### 2. *Sammenhæng og koordination: En målrettet indsats omkring samarbejde på tværs af forvaltninger, mellem region og kommune og mellem kommune, region og civilsamfund*

- Der bør etableres transparente og forpligtende samarbejdsstrukturer, baseret på den enkeltes behov og ønsker, og med etablering af faste kontaktpersoner og koordinatore. Dette bør også gælde etablering af et stærkt samarbejde på tværs af myndigheder på sundheds-, social-, beskæftigelses- og undervisningsområdet.

### *3. Styrkede indsatser i socialpsykiatrien*

- Der er behov for markant løft af socialpsykiatrien hvad angår kapacitet, kvalitet og kompetencer. Dette omfatter bl.a.
  - botilbud
  - bostøtteordninger
  - aktivitetstilbud
  - styrket sundhedsfagligt fokus
  - styrkelse af kvaliteten i sagsbehandlingen på voksenområdet henimod en individuelt tilrettelagt indsats på rette tid og sted
  - en mere systematisk og målrettet brug af VUM 2.0
  - etablering af lettilgængelige tilbud, rettet mod dem, der fx efter udskrivelse fra regional psykiatri har brug for midlertidige tilbud
  - Indsatser til fremme af somatisk sundhed til mennesker med psykisk sygdom
  - Misbrugsindsatsen
- Det skal ske af hensyn til:
  - Børn og unge i eller med mistanke om mental mistrivsel
  - Mennesker med lettere psykiske lidelser og
  - Mennesker med svære/tunge psykiske lidelser

### *4. Indsats omkring afstigmatisering og aftabuisering*

- For at nedbryde berøringsangst og skabe større viden om psykisk sygdom i samfundet bør der, i samarbejde med region og civilsamfund og nationale myndigheder, tilrettelægges en langsigtet indsats for afstigmatisering på tværs af sektorer.
- Lokalt er der behov for nedbrydning af den strukturelle stigmatisering.

## *5. Målrettede indsatser omkring mental trivsel i skoler, ungdomsuddannelser og dag- og fritidstilbud*

- Mental sundhedsfremme styrkes hos børn og unge gennem handlingsplan for dagtilbud, skoler og ungdomsuddannelser.
- Mental trivsel fremmes i skoler og dagtilbud på kort sigt med temauger. På længere sigt sættes mental trivsel og sundhed fast på skoleskemaet.

## *6. Skabe fællesskaber for børn, unge og voksne med mental mistrivsel eller psykisk sygdom*

- Indsatser til at understøtte mental sundhedsfremme til mennesker med psykisk sygdom udbredes.
- Der opbygges bedre muligheder for at indgå i meningsfulde aktiviteter og positive fællesskaber.
- Fastholde og evt. udbygge kommunens støtte til fritidsordninger for børn og unge.

## *7. Opprioritering af viden og kompetencer hos udvalgte fagpersoner*

- Der er behov for øget viden og kompetencer ift. psykiske lidelser blandt udvalgte fagpersoner. Dette omfatter kompetence til opsporing og til at sikre efterfølgende handling og indsats.
- PPR opprioriteres for rettidigt at kunne imødekomme børn og unges behov. Det drejer sig om børn og unge med mistrivsel og psykiske symptomer, herunder ift. til tidlig opsporing og udredning og lettere behandlingstilbud af særligt børn og unge med udviklingsforstyrrelser.

## *8. Styrket og systematisk hjælp til og inddragelse af pårørende - synlig og nem adgang til kommunens tilbud og rådgivning på området*

- Styrket og systematisk inddragelse af pårørende, så deres nære hurtigt får det bedre og/eller bliver raske.
- Hjælp til pårørende for at forebygge følgesygdomme som stress, angst, PTSD mm.
- Hjælp og støtte, så pårørende kan fastholde deres job.
- Mental smiley-ordning i skoler og på arbejdspladser.

## 5. Udvalgte baggrundsfakta

1 ud af 2 danskere bliver ramt af psykisk sygdom, over et helt liv. *(Kilde: Sundhedsstyrelsen)*

### Om børn og unge:

Ca. 15 procent af alle børn har været i behandling for en psykisk sygdom, som fx ADHD, angst eller depression, inden de fylder 18 år. Samlet set udgør denne type psykiske sygdomme den største sygdomsbyrde blandt børn og unge fra 1 til 24 år. *(Kilde: Sundhedsstyrelsen)*

I Danmark har flere end 300.000 børn og unge en forælder med mindst én psykiatrisk diagnose. Disse børn er udsatte, idet de som følge heraf har betydelig øget risiko for selv at udvikle en psykiatrisk diagnose. Tidlig og helhedsorienteret indsats er afgørende for at mindske denne risiko.

Mere end 60 procent af de udsatte børn og unge har ikke fået tilbudt forløb. Problemet er mangel på ressourcer og rette kompetencer. Trods langvarig og vedvarende mistriksel kan det tage år at få en henvisning til udredning i psykiatrien. Desværre er en udredning heller ikke en sikring af, at børnene og de unge efterfølgende får den fornødne hjælp i form af tilpassede forløb. Det er som at få billet til et tog, der ikke kører!

Hvert barn og hver ung, vi hjælper til en tilværelse, hvor de kan fastholde deres skolegang og gennemføre en uddannelse, er et vigtigt skridt på vejen til at skabe fremtidens selvforsørgende voksne, der kan løfte et arbejde og tage sig af deres egen familie. Så vi skal gøre det for deres og deres familiers skyld. Men også fordi vi får brug for hver og én af dem, hvis vi skal kunne finde kompetent arbejdskraft til alle hjørner af vores samfund.

### FAKTA: Specielt om børn med autisme:

- 45 procent af børn med autisme har lige nu ufrivilligt skolefravær på grund af mistriksel.
- 24 procent mister mindst et års skolegang.
- Tre ud af fire børn med autisme har i løbet af deres skoletid haft ufrivilligt skolefravær.
- Et stigende antal børn og unge får en autismediagnose.
- Et stadig stigende antal autister får en psykiatrisk diagnose.

*(Kilde: Landsforeningen Autisme)*

**Børn med langvarige perioder af mistriksel i barndommen er i risiko for at blive mærket for livet**

I april 2022 havde Bedre Psykiatri et møde med Børn- og Ungeborgmester Jakob Næsager, hvor hovedtemaet var indsats mod bekymrende skolefravær.

I umiddelbar forlængelse heraf indledte vi et samarbejde med Børne- og Ungdomsforvaltningen, som vi forventer fører til resultater.

Vores forslag til indsats mod bekymrende skolefravær, som præsenteret ved dette møde, vedhæftes til orientering.

Med venlig hilsen

På vegne af Bedre Psykiatri København

Tommy Brock

Leder for Politisk Udvalg

### *Bilag*

- Baggrund og overvejelser for styrket indsats for bekæmpelse af bekymrende skolefravær
- Forslag til indsats mod bekymrende skolefravær