

Innspill til ny opptrappingsplan for psykisk helse.

Først av alt takk for invitasjonen og muligheten til å kunne komme med våre forslag og løsninger.

Kort om oss;

IOGT er en ruspolitisk medlemsorganisasjon som arbeider for en politikk som kan redusere forbruket og skadene av rusmidler. Vår visjon er at alle mennesker skal kunne leve frie, rike og meningsfulle liv, og en verden hvor rusmidler ikke står i veien for dette. Det skal være lett å ta rusfrie valg.

Vi er fornøyd med at regjeringen prioriterer å utarbeide en ny opptrappingsplan på psykisk helse feltet. Planen er etterlengtet og er kanskje spesielt viktig i dag hvor det er mange barn og unge som opplever psykiske utfordringer.

Samtidig undrer vi oss over at planen ser ut til å være spisset inn mot psykisk helse alene og vil av den grunn påpeke at eks. rusbruk og -avhengighet i stor grad må ses i sammenheng med den psykiske helsen. Av den grunn mener vi at rus som tema burde ha en sentral plass i planen.

Norsk og internasjonal forskning viser klare sammenhenger mellom psykiske lidelser og rusavhengighet. Tradisjonelt har rusavhengigheten og de psykiske problemene hos ett og samme menneske blitt ivaretatt av ulike fagfelt og tradisjoner innenfor hjelpeapparatet. Dette har skapt både faglige utfordringer og vansker for den enkelte bruker av hjelpeapparatet. Forskningen viser samtidig betydningen av det å se de rusrelaterte og psykiske problemer i sammenheng for å gi et best mulig behandlingstilbud til den enkelte.

Vi vil våge å påstå at dette også gjelder for rusforebygging knyttet til barn og unge.

1. Rusforebygging barn og unge;

I det rusforebyggende arbeidet spiller foreldre, lokalsamfunn, idrett, skole, frivillige organisasjoner og andre en viktig rolle. Vi har her valgt å fokusere på foreldrerollen.

Foreldrerollen

Foreldre er eksperter på egne barn. De er også de i barn og unges liv som har den jevne og mest regelmessige kontakten, størst påvirkningskraft og sannsynligvis også den største og mest ekte interesse av at det går bra med den unge. Dette poenget understøttes sterkt av Ungdataundersøkelsene.

Foreldre må involveres og dyktiggjøres. I en kunnskapsoppsummering fra Bergensklinikkene fra 2016 konkluderes det med at det finnes solid dokumentasjon

på at foreldre har en viktig rolle når det gjelder utviklingen av barn og ungdommers bruk av alkohol og andre rusmidler. Et gjennomgående trekk er at restriktivitet og åpen dialog fra foreldres side, henger sammen med mindre rusmiddelforbruk hos ungdommen. Foreldremedvirkning er også et av de anbefalte virkemidlene i FNs kontor for narkotika og kriminalitet sine internasjonale standarder for rusforebygging. Å ha et godt forhold til sine foreldre er en beskyttelsesfaktor, og øker også sannsynligheten for at ungdommer som blir tilbudt cannabis vil takke nei. Korus-forskerne Trude Aalmen og Øystein Henriksen kaller det «Å ha mammas stemme med på fest»

Foreldrerollen er kompleks og krevende, men samtidig så givende. Hvilket kompass skal vi utstyre dem med og hvor mye tillater vi av ungdommelig utforskning? (Klyve)

IØGT har drevet foreldreprogrammet Sterk&Klar i ungdomsskolen i 25 år, og ser at det har stor betydning å gjøre foreldre trygge på grensesetting og å gi omsorg, og å bygge nettverk mellom foreldre på ungdomstrinnet. Foreldre i en klasse eller et trinn som kjenner hverandre og samarbeider godt bidrar til å skape et godt oppvekst og skolemiljø. Møtene er også en god arena der man som foreldregruppe kan bli enige om felles grenser. Gruppen kan legge noen viktige premisser for hvordan ungdomskulturen utvikler seg.

Vi vet at traumer, psykiske problemer og atferds- og lærevansker gir høyere risiko for problematisk rusmiddelbruk senere i livet og som gir grobunn for at forebygging er viktig. Erfaringer vi har gjort oss gjennom arbeid med unge voksne rusavhengige er at rusmisbruket startet allerede i 11-12 års alderen.

Hvordan skal vi klare å få kontakt med de foreldre som aldri stiller på foreldremøte, klassetilstelninger mm? De som kanskje har mer enn nok med sine egne utfordringer? Hvordan skal vi få hjulpet de barn som ikke har foreldre som gode rollemodeller?

IØGT mener at;

- satsing på foreldrestøtteprogrammer bør være et av hovedpunktene i arbeidet for å forebygge psykisk uhelse og rusmisbruk blant unge.
- rusforebygging må initieres allerede på barneskolen.
- foreldrestøtteprogrammer bør gjennomføres allerede i helsestasjon, gjerne av helsesykepleier evt. i samarbeid med annen psykisk helsefaglig kompetanse.
- foreldrestøtteprogrammet bør være gratis for kommuner

2. Forebygging barn og unge;

Barns medikamentbruk

Ungdata 2022;

Salget av både reseptfrie og reseptpålagte smertestillende legemidler øker. Ett av fire barn mellom 10 og 12 år bruker smertestillende tabletter ukentlig, i gjennomsnitt bruker 19 prosent av norsk ungdom reseptfrie smertestillende legemidler ukentlig eller daglig.

I en annen studie som Siv Skarstein, førsteamanuensis ved Oslo Met, har deltatt i, så svarer mange unge at de tar medisiner fordi de opplever å ha det vanskelig. Det kan være alt fra at de opplever å ha veldig mye smerter i kroppen, til uro og søvnproblemer. Ungdom med angst og depresjon bruker reseptfrie medisiner langt oftere enn andre unge, viste denne studien. – Mange tar piller for å mestre hverdagen. Hvis noe oppleves som vanskelig, tar de en tur innom medisinskapet for å føle at de kan klare seg. Vi vet at hyppig og vedvarende bruk kan gi helseskader. Sykepleierforbundet viser til at det har vært en bekymringsfull økning i forbruket av paracetamol hos barn og unge de siste ti årene og fra Giftinformasjonens rapport fra 2021 kan en lese at antall paracetamol intox nesten har tredoblet seg.

IOGT mener at;

- økning av barn og unges bruk av smertestillende medikamenter er en folkehelseutfordring som krever en holdningsendring i hele befolkningen.
- arbeid med holdningsendringer kan gjerne legges inn i et foreldrestøtteprogram som nevnt under pkt.1, gjerne i regi av ideelle organisasjoner.

3. Rehabilitering; rus voksne;

Den røde tråden- en sømløs tjeneste.

I Norge har vi en målsetting om at alle pasienter i Norge skal oppleve helhetlige og integrerte tjenester, og at profesjonene i kommune- og spesialisthelsetjenesten skal jobbe tverrfaglig.

Allerede i 2001 ble retten til individuell plan for pasienter og brukere med behov for langvarige og koordinerte helse- og omsorgstjenester, iverksatt. I 2012 ble samhandlingsreformen, en koordinerings- og retningsreform innført. Den hadde blant annet til hensikt å skape sømløse helse- og omsorgstjenester.

Reformen ble evaluert i 2017 og viste at det fortsatt var et stykke vei å gå før målene ble innfridd. I 2018 ble Opptappingsplanen for rusfeltet evaluert med tilsvarende resultat (kap 12).

Fortsatt er vi ikke gode nok på samhandling, hverken internt mellom avdelinger eller på tvers av tjenester og nivåer – og det er brukere/pasienter som får kjenne på konsekvensene. Samtidig vet vi at overgangen mellom tjenestenivåer er et spesielt sårbart punkt i endringsprosessen for å etablere et håndterbart hverdagsliv.

Hvorfor får vi ikke dette til?

Catharina Bjørkquist har i sin bok «Statlig politikk og lokale utfordringer: Organisering av tjenester innen rus og psykisk helse» stilt spørsmål ved hvordan tiltak og tjenester skal en organiseres slik at både brukere og tjenesteytere opplever dem som samordnet og integrerte?

Hun viser til at det er stor forskjell på kommuner og at det ikke nødvendigvis er i de mest økonomisk sterke kommunene det beste arbeidet gjøres. I en av de små kommunene fikk hun erfare tjenester som var lite opptatt av organisatoriske grenser, hadde et godt samarbeid på tvers av tjenestene og løste brukernes behov på en pragmatisk måte.

Hun viser også til at det foreligger rundt 70 retningslinjer, veiledere, rapporter og beskrivelser av pakkeforløp som er relevante for tjenestene på området, noe som kan være utfordrende faglig sett, men også at alle disse forskjellige føringene åpner for stort rom for lokal fortolkning.

For et menneske som lever med psykisk helse- og rusutfordringer er det ikke bare viktig at helse- og omsorgstjenestene er samkjørte og samhandler. Folk har også behov for hjelp og tilrettelegging til bolig, arbeid eller annen aktivitet. Noen har eks. sonet flere år i fengsel og kommer ofte ut til intet. Da er det kort vei tilbake til en rushverdag.

IOGT driver 5 Sammensentre og 3 IOGT-kafeer rundt om i landet og møter hver dag mennesker med tøffe historier.

En fellesnevner for de fleste av dem er opplevelse av mangelfull samkjøring av tjenester og oppfølging. Hjelpen som gis kan enkeltvis være god, men den gis ofte stykkevis og delt.

Hvert menneske er et eventyr som ikke er skrevet før (*Per Fugelli*)- derfor er det spesielt viktig at både behandling og rehabilitering skreddersys – mener vi.

IOGT mener at;

- rehabilitering/ettervern må prioriteres
- budsjettmidler til psykisk helse og rus i kommunene bør øremerkes
- det bør legges til rette for flere rusfrie møtesteder
- samarbeid med frivillige organisasjoner bør styrkes og struktureres
- det kan ha en hensikt å forenkle retningslinjer og veiledere.

Oslo, 30.august 2022

Hanne Cecilie Widnes
Generalsekretær

Grethe Reinhardtsen
Fagsjef