

Et løft for psykisk helse

Antall mennesker som oppgir at de sliter med psykiske helseplager er større enn aldri før. Åpenheten i samfunnet har økt, og stadig flere forteller om psykiske problemer og en hverdag preget av stress og press.

Folkehelse og livsmestring er fra 2020 innført som tverrfaglig tema i skolen for å gi elevene kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse. I barne- og ungdomsårene er utvikling av et positivt selvbilde og en trygg identitet særlig avgjørende. Livsmestring er ikke bare lykke og glede, men det å mestre livet i oppover- og nedoverbakker gjennom oppvekst og ungdomstid.

Relasjonen mellom lærer og elev er grunnleggende, og et viktig bidrag til å sørge for god psykisk helse i skolen. Samarbeid mellom skole og helse er avgjørende for å gi et best mulig tilbud. En god skolehelsetjeneste som legger til rette for lavterskeltilbud er viktig hvis elever som sliter skal få rask hjelp. Det er også avgjørende at aktørene i skolehelsetjenesten har oppdatert kompetanse.

Det er klart flest jenter som besøker helsestasjoner og kontoret til helsesykepleier, derfor bør vi bedre tilbudet om helsestasjoner for gutter slik at de også har et trygt forum hvor de kan finne noen å snakke med. Dette er noe som vil bidra til å redusere de psykiske forskjellene vi har i dag mellom kjønnene, der 40% av jentene oppsøker og bruker helsestasjonen, mens bare 25% av guttene benytter seg av det samme tilbudet.

I dag er det hovedsakelig fastlegen som kan henvise barn og unge til Barne- og ungdomspsykiatrisk avdeling (BUP). Skolehelsetjenesten og helsestasjonene er gjerne de første som møter elever og ungdom som sliter. Derfor burde disse som har god kontakt med eleven kunne henvise til BUP for de som trenger det.

Flere hundre velger hvert år å ta sitt eget liv i Norge. Det er et stort samfunnsproblem. Det bør derfor gjøres en gjennomgang av ressursbruken innen psykiatrien med mål om å vri mer ressurser over på forebygging og rask innsats. Rask respons og umiddelbar hjelp skaper trygghet og gjør at problemer kan løses før de får utvikle seg.

For å gi rask og riktig hjelp må hjelpeapparatet samordnes, og det må opprettes «en dør inn» slik at det blir tydeligere hvor man kan henvende seg for å få videre hjelp. Hordaland Unge Høyre ønsker en 24-timers garanti på dette og umiddelbar hjelp i akutte tilfeller.

For å forebygge selvmord er det viktig at vi har god kunnskap om hvilke tiltak som virker og også om årsaken til selvmord. Derfor vil Hordaland Unge Høyre at det legges til rette for mer forskning på forebyggende tiltak og årsaker til selvmord.

Hordaland Unge Høyre vil:

- Innføre fritt behandlingsvalg for psykisk helse
- Gi lærere nødvendig kompetanse for å kunne ta i bruk det tverrfaglige teamet folkehelse og livsmestring.
- Videreutdanne helsesykepleiere
- Styrke tverrfaglig samarbeid for å bidra til at alle barn opplever et godt og inkluderende oppvekst-, leke- og læringsmiljø.
- Fortsette å styrke psykologtjenesten i kommunene og at denne også brukes i skolehelsetjenesten.
- Utvikle et tilbud rettet mot gutter på helsestasjoner for ungdom (etter modell fra Rogaland).
- At Hordaland skal søke om å være prøvefylke for at skolehelsetjenesten og helsestasjoner skal ha mulighet til å henvise ungdom til BUP.
- At helsesykepleier og skolehelsetjenesten skal bidra til oppfølgingen av elever med mye udokumentert fravær.
- At helsesykepleier og skolehelsetjenesten skal sørge for å ha god dialog med elever med mye dokumentert fravær.
- Gi helsesykepleier mulighet til å skrive dokumentert fravær ved kortidssykdom.
- Sikre at alle med alvorlige og akutte psykiske helseutfordringer får rask hjelp og at ingen avvises, men alltid får et tilbud om hjelp.
- Styrke forskning på forebyggende tiltak og årsak til selvmord.
- Øke kapasiteten for innleggelse av alvorlig syke med spiseforstyrrelser