

Inriktning psykisk hälsa och suicidprevention

2024 - 2026

Del av handlingsplan för god och nära vård och
omsorg 2024 - 2030

Innehåll

Inledning	3
<i>Bakgrund</i>	3
<i>Definitioner av begrepp inom psykisk hälsa</i>	3
<i>Psykisk hälsa en tvärsektoriell fråga</i>	3
Om inriktningen	4
<i>Syfte</i>	4
<i>Omfattning och avgränsning</i>	4
<i>Utgångspunkt</i>	5
Prioriterade områden psykisk hälsa och suicidprevention	6
<i>Målområde 1 - Sömlös vård och omsorg</i>	7
<i>Målområde 2 - Personcentrerad vård och omsorg</i>	8
<i>Målområde 3 - Befolkningens hälsa ska förbättras</i>	8
<i>Målområde 4 - Jämlig tillgång till vård och omsorg</i>	9
<i>Målområde 5 - Kostnadseffektiv vård och omsorg</i>	10
Uppföljning	11
Referenser	12

Inledning

Psykisk hälsa har stor betydelse för människors hälsa och välbefinnande genom hela livet. I takt med att samhället förändras ställs nya krav på insatser, såväl för att främja psykisk hälsa och förebygga psykisk ohälsa och suicid, som för att ge vård, omsorg och stöd till dem som behöver. Flera satsningar har genomförts för att förbättra den psykiska hälsan i Sverige, men utmaningarna är fortsatt stora inom flera områden, där ytterligare statliga satsningar genom riktade stimulansmedel förväntas under kommande år.

Bakgrund

I Stockholms län har medel fördelats till länsgemensamma satsningar för psykisk hälsa och suicidprevention i enlighet med överenskommelser mellan regeringen och Sveriges Kommuner och Regioner (SKR). Satsningarna sker i samverkan mellan Storsthlm och Region Stockholm, genom [Uppdrag Psykisk Hälsa Stockholms län](#) (UPH). Länsgemensamma handlingsplaner har tagits fram en gång per år sedan 2016, inom ramen för UPH. Den länsgemensamma handlingsplanen för 2023 var en förlängning och utvidgning av tidigare planer och byggde vidare på såväl tidigare satsningar som på 2023 års överenskommelse mellan staten och SKR om psykisk hälsa och suicidprevention.

Region Stockholm och länets kommuner har en gemensam samverkansstruktur kring hälsa, vård och omsorg i Stockholms län.¹ Denna struktur skapar förutsättningar för samverkan kring psykisk hälsa och suicidprevention och regleras sedan september 2022 i en *Huvudöverenskommelse om samverkansstruktur kring hälsa, vård och omsorg mellan Region Stockholm och kommunerna* (HÖK).² Den övergripande målbilden för HÖK är:

- att den enskilde ska få en god, sömlös och personcentrerad vård och omsorg,
- att befolkningens hälsa ska förbättras på ett samordnat, jämlikt och kostnadseffektivt sätt för invånarna i Stockholms län.

I december 2023 fastställde den politiska styrgruppen för vård i samverkan (VIS) en *Handlingsplan för God och nära vård och omsorg 2024 – 2030*³ som är baserad på HÖK. *Inriktning för psykisk hälsa och suicidprevention 2024- 2030* grundar sig i huvudöverenskommelsen och tar sin utgångspunkt i Handlingsplan för God och nära vård och omsorg 2024 – 2030, och är därmed en tydlig del i den fortsatta omställningen mot god och nära vård och omsorg.

Definitioner av begrepp inom psykisk hälsa

Psykisk hälsa och ohälsa beskrivs på olika sätt i olika källor, men innehåller oftast ett par viktiga gemensamma begrepp och definitioner. *Inriktning psykisk hälsa och suicidprevention 2024-2026* använder sig av begrepp enligt den modell som har tagits fram av SKR, Folkhälsomyndigheten (FHM), Socialstyrelsen (SoS) och Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU).⁴ Modellen beskriver paraplybegreppet psykisk hälsa utifrån två dimensioner: psykiskt välbefinnande och psykisk ohälsa. Personer som inte har någon psykisk ohälsa kan uppleva ett lågt psykiskt välbefinnande och på motsvarande sätt kan personer med psykiatriska tillstånd uppleva psykiskt välbefinnande. Psykiskt välbefinnande och psykisk ohälsa är därmed olika dimensioner och inte varandras motsatser.

¹ [Samverkansstruktur: vård i samverkan \(VIS\)](#)

² [Huvudöverenskommelse om samverkan kring hälsa, vård och omsorg mellan Region Stockholm och kommunerna](#)

³ [Handlingsplan god och nära vård och omsorg](#)

⁴ [Begrepp inom området psykisk hälsa Version 2020](#)

Sambanden mellan psykisk ohälsa och självmord är tydliga och psykiatriska tillstånd innebär en ökad risk för suicid. Trots detta har långt ifrån alla som försöker ta sitt liv eller som dör i suicid haft kontakt med vården.



Bild 1: Modell som beskriver hur begrepp inom området psykisk hälsa förhåller sig till varandra.⁵

Samverkan är ett centralt begrepp i inriktningen och används i enlighet med Socialstyrelsens termbank:⁶ "Samverkan är ett övergripande gemensamt handlande på organisatorisk nivå för ett visst syfte. Samverkan kan ske inom och mellan huvudmän/vårdgivare/enheter och till exempel gälla att planera gemensamma roller/insatser/rutiner/aktiviteter eller aktivt utbyta information."

Psykisk hälsa en tvärsektoriell fråga

Det är många olika faktorer som påverkar hur människor mår. Kön, ålder, arv och funktionsförmåga är exempel på individuella faktorer, men precis som den fysiska hälsan påverkas vårt psykiska välbefinnande även av kontextuella faktorer som social situation, familjens eller individens ekonomi, kultur, miljö och samhällsutveckling. Psykisk hälsa är en del av folkhälsan och nära sammanvävd med andra politikområden, till exempel hälso- och sjukvård, arbetsliv, utbildning och socialtjänst. Människors förutsättningar för en god psykisk hälsa skiljer sig åt redan från födseln och betyder dels att vissa individer löper större risk att drabbas av psykisk ohälsa, dels att konsekvenserna riskerar att bli mer allvarliga och långtgående för en del av dem som drabbas. För att uppnå större jämlikhet i psykisk hälsa behöver flera huvudmän och verksamheter vara delaktiga i att erbjuda främjande, förebyggande, stödjande och behandlande insatser under olika faser av livet, både på individ-, grupp- och samhällsnivå. Främjande av psykiskt välbefinnande och förebyggande av psykisk ohälsa är därmed en tvärsektoriell fråga.

I den här inriktningen rör strukturerad samverkan främst kommun och region, men också olika förvaltningar i en kommun och inom Region Stockholm, samt andra aktörer i Stockholmsregionen. Samverkan med civilsamhället, till exempel med patient-, brukar- och närståendeföreningar, är en viktig del i detta arbete. Samverkan mellan olika aktörer bidrar till en tydligare helhetsbild av viktiga skydds- och riskfaktorer och ger större möjlighet att skapa helhetslösningar utifrån individens behov för att ingen ska falla genom skyddsneten. Individer med mer omfattande behov, till exempel vid samsjuklighet, ställer särskilda krav på samarbete för en sömlös vård och omsorg.

⁵ [Begrepp inom området psykisk hälsa, Version 2020](#)

⁶ [Termbank Socialstyrelsen samverkan](#)

Om inriktningen

Syfte

Syftet med Inriktning för psykisk hälsa och suicidprevention 2024 -2026 är att stödja det läns gemensamma arbetet för psykisk hälsa och att förebygga psykisk ohälsa och suicid hos befolkningen i Stockholms län.

Inriktningens prioriterade områden och aktiviteter utgår från Handlingsplan för god och nära vård och omsorg i Stockholms län 2024 -2030, samt tidigare handlingsplaner för psykisk hälsa och suicidprevention.

De prioriterade områdena kan till exempel stödja länets verksamheter i:

- prioritering av insatser med stöd av statliga stimulansmedel på regional och lokal nivå
- framtagande av lokala handlingsplaner inom området psykisk hälsa och suicidprevention.

Omfattning och avgränsning

Avgränsning

Kommunerna och Region Stockholm har stora, egna ansvarsområden inom området psykisk hälsa och suicidprevention. Inriktningen är avgränsad till de åtaganden och uppgifter som kräver samverkan på regional och lokal nivå, baserat på identifierade behov av ett gemensamt utvecklingsarbete inom flera områden.

Målgrupp

Målgruppen för det läns gemensamma arbetet är invånare i behov av insatser som förutsätter samverkan mellan länets kommuner och Region Stockholm. Insatserna ska främja psykiskt välbefinnande och förebygga psykisk ohälsa, samt stödja och behandla vid psykisk ohälsa.

Målgruppen för en insats kan vara hela befolkningsgrupper eller avgränsat till en prioriterad grupp. Insatser kan också riktas till särskilda riskgrupper, eller till grupper med identifierade behov utifrån bland annat:

- Socioekonomisk utsatthet
- Hbtqi+
- Samsjuklighet
- Funktionsnedsättning

Genomförandet i inriktningen riktar sig både till beslutsfattare och medarbetare i organisationer och verksamheter som har ansvar och uppgifter inom området psykisk hälsa och suicidprevention.

Utgångspunkt

Inriktningen tar främst sin utgångspunkt i Handlingsplan för god och nära vård och omsorg i Stockholm län 2024-2030 och i tidigare handlingsplaner för läns gemensamma insatser inom psykisk hälsa i Stockholms län.⁷ Psykisk hälsa och suicidprevention är en prioriterad samhällsfråga med flera aktörer på nationell, regional och lokal nivå, och rör såväl offentliga aktörer som civilsamhälle och privata aktörer. Nedanstående underlag har varit viktiga i framtagandet av inriktningen och visar på en hög grad av samstämmighet kring analyser och åtgärdsbehov.

I september 2023 lämnade Folkhälsomyndigheten och Socialstyrelsen tillsammans med 24 andra myndigheter ett förslag till regeringen om en nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention, som förväntas antas under 2024. Visionen för strategin är ”ett samhälle som främjar en god och jämlik psykisk hälsa i hela befolkningen och där ingen bör hamna i en situation där den enda utvägen upplevs vara suicid”.⁸

Strategin löper över tio år och har fyra mål:

1. Förbättrad psykisk hälsa i hela befolkningen
2. Färre liv förlorade i suicid
3. Minskad ojämlikhet i psykisk hälsa
4. Minskade negativa konsekvenser på grund av psykiatriska tillstånd.

Sedan 2012 har Sveriges kommuner och regioner (SKR) ingått överenskommelser med staten om satsningar inom området psykisk hälsa och suicidprevention. Utifrån överenskommelserna bedriver SKR ett arbete för att stötta regioner och kommuner i sitt arbete för att stärka och utveckla insatser på området. I augusti 2023 antog SKR ett *Positionspapper för psykisk hälsa* för det fortsatta arbetet för ett mer hälsofrämjande samhälle och levnadsätt, där individer rustas att nå sin fulla potential och välbefinnande och där de som behöver får goda vård- och stödinsatser i tid.⁹

Region Stockholm antog *Strategi för suicidprevention 2020*.¹⁰ Strategin syftar till att stärka det suicidpreventiva arbetet inom Region Stockholm och utifrån en behovsbedömning ge vägledning till regionens nämnder och bolag vid val av aktiviteter och insatser. Strategin fastslår bland annat att det suicidpreventiva arbetet ska utgå från tre nivåer; universell, selektiv och indikerad prevention, vilket innebär att insatserna ska rikta sig till olika målgrupper i befolkningen utifrån risknivå. Strategin ligger väl i linje med det läns gemensamma suicidpreventiva arbetet, och stödjer och stärker den här inriktningen.

Under 2022 genomförde Storsthlm i samarbete med UPH Stockholms län en fördjupningsstudie som fungerar som ett underlag i planeringen och utvecklingen av det regionala arbetet med psykisk hälsa och suicidprevention. Fördjupningsstudiens syfte var att undersöka hur arbetet med psykisk hälsa behöver utvecklas för att möta förutsättningar och behov under kommande år. Studien vilar på två rapporter: *Psykisk ohälsa i Stockholms län – nuläge och förslag på åtgärder*¹¹, Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES) Region Stockholm, och *Kommunernas arbete med psykisk hälsa*.¹² Rapporten från CES visar på fortsatt ojämlikhet i hälsa och vårdutnyttjande inom länet och lyfter fram riskgrupper och grupper med identifierade behov. Rapporten om kommunernas arbete visar på ett behov av fortsatt läns gemensamt stöd till kommunerna i arbetet inom området psykisk hälsa, suicidprevention och stimulansmedel.

⁷ [Handlingsplaner 2017-2023](#)

⁸ [Nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention – Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)

⁹ [Positionspapper för psykisk hälsa | SKR](#)

¹⁰ [Strategi för suicidprevention](#)

¹¹ [Rapport psykisk ohälsa Stockholms län](#)

hälsa.¹² Rapporten från CES visar på fortsatt ojämlikhet i hälsa och vårdutnyttjande inom länet och lyfter fram riskgrupper och grupper med identifierade behov. Rapporten om kommunernas arbete visar på ett behov av fortsatt länsgemensamt stöd till kommunerna i arbetet inom området psykisk hälsa, suicidprevention och stimulansmedel.

Prioriterade områden psykisk hälsa och suicidprevention

Det länsgemensamma arbetet för psykisk hälsa och suicidprevention är en del i arbetet för god och nära vård och omsorg. Huvudöverenskommelsens övergripande målområden och Handlingsplan för god och nära vård och omsorg 2024 – 2030 är genom sina strategiska inriktningar styrande i detta arbete.



Bild 2. Kopplingen mellan Handlingsplan god och nära vård och omsorg (HÖK) och Inriktning för psykisk hälsa och suicidprevention.

De prioriterade områdena i Inriktning för psykisk hälsa och suicidprevention 2024–2026, utgår från handlingsplanens fem målområden. Ett prioriterat område kan beröra flera målområden, men är placerat där kopplingen är tydligast. Aktiviteter på kort och lång sikt planeras och genomförs såväl i länsövergripande som i lokal samverkan. I planeringen och utformningen av vården och omsorgen ska arbetssätt som aktivt involverar patient-, brukar- och anhörigföreningar användas.

¹² [Kommunernas arbete med psykisk hälsa 2022.docx \(uppdragpsyiskhalsa.se\)](#)

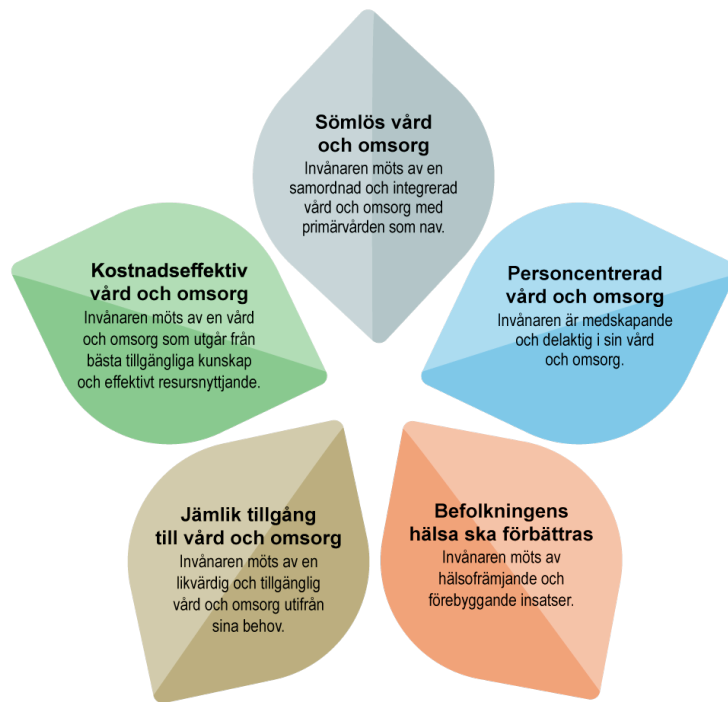


Bild 3. Illustration från Handlingsplan god och nära vård och omsorg 2024–2030 som beskriver de fem övergripande målen för samverkan mellan kommuner och region.

Målområde 1 - Sömlös vård och omsorg

Målområdets betydelse för psykisk hälsa och suicidprevention

Verksamheterna skapar förutsättningar för att förebygga och behandla psykisk ohälsa och för att fånga upp psykisk ohälsa på ett tidigt stadium genom att:

Lösningar där ansvar, behov och insatser är uttalade och tydliga för den som mottar insatsen, gynnar såväl god, jämlig och jämställd hälsa som ökar patientsäkerheten.

Sömlös vård och omsorg

Invånaren möts av en samordnad och integrerad vård och omsorg med primärvården som nav.

Prioriterade områden psykisk hälsa och suicidprevention

Stärkt arbete genom integrerade och/eller samlokaliserade verksamheter som möter människor med behov av stöd av flera aktörer.

Välutvecklat lokalt samarbete mellan verksamheter inom vård och omsorg som möter barn och unga med psykisk ohälsa och/eller människor med beroende och/eller psykisk ohälsa.

Tydliga överlämningar och samtidiga insatser för att minska glappet vid övergångar mellan insatser för barn och unga, inklusive unga vuxna.

Målområde 2 - Personcentrerad vård och omsorg

Målområdets betydelse för psykisk hälsa och suicidprevention

Metoder och arbetssätt som stärker delaktigheten hos patienter och brukare ökar verksamheternas möjligheter att arbeta

personcentrerat utifrån den enskildes förmågor, behov och förutsättningar. Medskapande och delaktighet i den egna vården och omsorgen ökar förutsättningarna för snabbare återhämtning och ändamålsenliga insatser för psykisk hälsa. I det personcentrerade arbetet är det viktigt att inkludera anhöriga och närstående.

Stärkt delaktighet ökar även möjligheterna att bättre bemöta människor med allvarliga psykiatriska tillstånd, funktionsnedsättning och/eller omfattande behov, som till exempel vid samsjuklighet mellan beroende- och psykossjukdom.

Prioriterade områden psykisk hälsa och suicidprevention

Verksamheter använder sig systematiskt av metoder och arbetssätt för att göra patienter, brukare och anhöriga delaktiga i frågor som rör dem och deras närstående.

Stärkt vård och omsorgskedja vid oro för suicid och efter suicidförsök.



Målområde 3 - Befolkningens hälsa ska förbättras

Målområdets betydelse för psykisk hälsa och suicidprevention

Ökad samverkan mellan vård och omsorg kring hälsofrämjande och förebyggande insatser och med fokus på dem med störst behov, möjliggör en gemensam utveckling av arbetssätt och metoder. Ökad samverkan leder också till större möjligheter att upptäcka såväl riskfaktorer som tecken på psykisk ohälsa på ett tidigt stadium.

Strukturerad samverkan mellan förskola, skola, socialtjänst och hälso- och sjukvård kring främjande och förebyggande insatser, ökar förutsättningarna att tidigt ge insatser vid både vid risk för och vid uppkomst av psykisk ohälsa. Samverkan med civilsamhället är central i det främjande och förebyggande arbetet. Insatserna riktas till såväl individer som grupper, och stärker barn och ungas förmåga att hantera kriser och negativa händelser.

Suicidpreventivt arbete på lokal och regional nivå och med insatser riktade till både hela befolkningsgrupper och till identifierade riskgrupper, stärker möjligheterna att möta och tidigt fånga upp personer i riskzonen.



Prioriterade områden psykisk hälsa och suicidprevention

Evidensbaserade insatser, anpassade efter individens behov, används i samverkan för att främja psykisk hälsa och förebygga psykisk ohälsa

Stärkt arbete mot våld i nära relationer, hedersrelaterat förtryck och våld, utifrån möjlighet att tidigt upptäcka och ge insatser vid risk eller utsatthet.

Minskad ofrivillig ensamhet för människor med stor risk för psykisk ohälsa, till exempel äldre och unga som varken arbetar eller studerar

Stärkt stöd till efterlevande vid suicid.

Ökad kunskap om psykisk hälsa och suicidprevention.

Ökat systematiskt och strategiskt suicidpreventivt arbete

Begränsad tillgänglighet till medel och metoder för suicid

Målområde 4 - Jämlik tillgång till vård och omsorg

Målområdets betydelse för psykisk hälsa och suicidprevention

Ökat fokus på tillgång till vård och omsorg på lika villkor, bidrar till att undanröja hinder för att söka vård och omsorg vid psykisk ohälsa, till exempel stigma, bristande förtroende och brist på information och kunskap.

Hälsofrämjande och förebyggande insatser fokuserar på dem med störst behov och som riskerar att drabbas av psykisk ohälsa och/eller har identifierade vård- och omsorgsbehov.

Jämlik tillgång till vård och omsorg

Invånaren möts av en likvärdig och tillgänglig vård och omsorg utifrån sina behov.

Prioriterade områden psykisk hälsa och suicidprevention

Enkla och tydliga kontaktvägar till vård och omsorg, utformade och anpassade efter invånarnas behov, som möter behovet av en lättillgänglig och välfungerande första linjens psykiatri, socialtjänst och elevhälsa

Stärkt efterlevnad av nationella riktlinjer inom området psykisk hälsa

Stärkt tillgänglighet till vård och omsorg via digitala tjänster för personer med psykisk ohälsa där alla, oavsett förutsättningar, har möjlighet att ta del av tjänsterna genom anpassning utifrån behov hos både grupper och enskilda

Målområde 5 - Kostnadseffektiv vård och omsorg

Målområdets betydelse för psykisk hälsa och suicidprevention

Ledning och styrning i samverkan, systematiskt utvecklingsarbete och sammanhållen uppföljning möjliggör bästa möjliga effekt av insatser riktade till enskilda individer och grupper.

Dialog och samsyn, från ledning till verksamhetsnivå, skapar förståelse för gemensamma utmaningar och hur dessa kan mötas. Strukturer för att ta till vara kreativa idéer och lösningar bidrar till att utveckla mer effektiva arbetssätt.

Tidig upptäckt av psykisk ohälsa och tidiga insatser leder till bättre mående. Samtidigt minskar samhällskostnaderna både till följd av ett lägre behov av stöd under kortare tid och, på längre sikt, minskat utanförskap.

Kostnadseffektiv vård och omsorg

Invånaren möts av en vård och omsorg som utgår från bästa tillgängliga kunskap och effektivitet resursnyttjande.

Prioriterade områden psykisk hälsa och suicidprevention

Kunskap om psykisk hälsa är integrerad i ledning och styrning

Ökad samverkan i det främjande och förbyggande arbetet för en god psykisk hälsa och minskade hälsoklyftor i befolkningen

Utvecklade metoder och kompetens för att leda och följa upp verksamheter i samverkan

Uppföljning

Uppföljningen av arbetet inom området psykisk hälsa sker i hög grad inom ramen för ordinarie verksamheter i länets kommuner och Region Stockholm. Där utöver finns ett behov av att identifiera indikatorer som mäter stegvisa förflyttningar och utveckling över tid kopplat till prioriterade områden och aktiviteter i det länsgemensamma arbetet. Detta är ett fortsatt uppdrag under 2024 i enlighet med vård i samverkan (VIS).

Uppföljningen behöver även ta till vara erfarenheter från brukare och patienter, samt inkludera dessa på ett systematiskt sätt.

Rapportering och uppföljning av de medel som enligt de nationella överenskommelserna fördelats till regionala och lokala aktiviteter genomförs årligen, i syfte att visa på vad stimulansmedel har använts och kan användas till. Det bidrar även till förståelsen av gemensamma förutsättningar och behov kopplade till en fortsatt utveckling av länsgemensamma insatser.

Socialstyrelsen och Folkhälsomyndigheten tar fram årliga uppföljningsrapporter utifrån uppdraget att följa arbetet utifrån den nationella överenskommelsen.¹³

¹³ [Uppföljning av den nationella överenskommelsen kring psykisk hälsa och suicidprevention](#)

Referenser

Huvudöverenskommelse om samverkan kring hälsa, vård och omsorg

[Huvudöverenskommelse om länsövergripande samverkan kring hälsa, vård och omsorg - Överenskommelse mellan kommunerna i Stockholms län och Region Stockholm \(storsthlm.se\)](#) (24-01-29)

Riktlinje för länsövergripande samverkan kring hälsa, vård och omsorg

[Riktlinje för länsövergripande samverkan kring hälsa vård och omsorg \(storsthlm.se\)](#) (24-01-29)

Vård i samverkan VIS

[Vård och omsorg i samverkan | Storsthlm](#) (24-01-29)

Handlingsplan för god och nära vård och omsorg 2024 – 2030

[handlingsplan-för-god-och-nära-vård-och-omsorg-i-stockholms-län-2024-2030.pdf \(storsthlm.se\)](#) (24-01-29)

Nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention

[Nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention – Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](#) (24-01-29)

Positionspapper inom psykisk hälsa

[Positionspapper för psykisk hälsa | SKR](#) (24-01-29)

Definitioner av begrepp inom området psykisk hälsa Socialstyrelsens termbank

[Socialstyrelsens termbank](#) (24-01-29)

Uppdrag psykisk hälsa Stockholms län – Handlingsplan för 2021 – 2023

[Länsgemensam handlingsplan UPH Stockholms län 2023 slutgiltig \(uppdragpsykiskhalsa.se\)](#) (24-01-29)

Fördjupningsstudie psykisk hälsa Stockholms län 2023

[KLAR Fordjupningsstudie 14-februari 2023.pdf \(uppdragpsykiskhalsa.se\)](#) (24-01-29)

Psykisk ohälsa i Stockholms län – nuläge och förslag på åtgärder

[Psykisk ohälsa i Stockholms län: nuläge och förslag på åtgärder - Stockholms län \(uppdragpsykiskhalsa.se\)](#) (24-01-29)

Kommunernas arbete med psykisk hälsa

[Microsoft Word - Kommunernas arbete med psykisk hälsa 2022.docx \(uppdragpsykiskhalsa.se\)](#) (24-01-29)