



## Evrópsk aðgerðaáætlun í geðheilbrigðismálum Leitað lausna á brýnum verkefnum

Heilbrigðisráðherrar aðildarríkja Evrópudeildar WHO samþykkja þessa aðgerðaáætlun í Evrópuyfirlýsingunni um geðheilbrigðismál. Þeir styðja að hún verði innleidd samkvæmt þörfum og úrræðum í hverju landi fyrir sig.

Brýnustu verkefni næstu fimm til tíu ára eru að móta, innleiða og meta stefnu og löggjöf sem leiðir til þeirra aðgerða í geðheilbrigðismálum sem auka velferð þjóða, draga úr geðrænum vandamálum og leggja áherslu á að fólk með geðraskanir sé virkir þátttakendur í samfélaginu. Forgangsmálefni næsta áratugarins eru:

- i. að stuðla að skilningi á mikilvægi góðrar geðheilsu;
- ii. að takast sameiginlega á við fordóma, mismunun og ójafnræði, og hvetja og styðja fólk með geðraskanir og aðstandendur þess til að taka virkan þátt í því starfi;
- iii. að móta og innleiða samþætt og skilvirkt heildarkerfi í geðheilbrigðismálum sem nær til kynningarstarfs, forvarna, meðferðar og endurhæfingar, umönnunar og bata;
- iv. að mæta þörfinni fyrir hæft starfsfólk, sem skilar árangri á öllum sviðum;
- v. að viðurkenna að við skipulagningu og þróun þjónustu er mikilvægt að byggja á reynslu og þekkingu þjónustuþega og umönnunaraðila.<sup>1</sup>

Í þessari aðgerðaáætlun eru tillögur um leiðir og ráð til að þróa, innleiða og efla heildarstefnu í geðheilbrigðismálum í þeim löndum sem aðild eiga að Evrópudeild WHO; krafist er aðgerða á tólf sviðum eins og sjá má hér fyrir neðan. Þessi stefnumál verða skoðuð í tengslum við geðheilbrigðisstefnu og áætlanir í viðkomandi löndum og ákvarðað hverju komið skuli til leiðar á næstu fimm til tíu árum.

### 1. Efla skal geðheilbrigði öllum til handa

#### Brýnt verkefni

Góð geðheilsa og líðan eru undirstaða allra lífsgæða og gerir fólki fært að finna tilgang með lífinu og vera virkir og skapandi þjóðfélagsþegnar. Geðheilbrigði er mikilvægur liður hvað varðar félagslega samheldni, framleiðni og frið og stöðugleika í umhverfinu, og stuðlar að mannauði og efnahagslegri þróun í samfélaginu. Almennt geðheilbrigði og lífsstíll sem stuðlar að góðri

---

<sup>1</sup> Hugtakið „umönnunaraðili“ er notað hér um skyldmenni, vin eða einhvern annan sem kemur óformlega að umönnunarstörfum.



## HEILBRIGÐIS- OG TRYGGINGAMÁLARÁÐUNEYTIÐ

geðheilsu er forsenda þess að því markmiði verði náð. Með aukinni áherslu á geðheilbrigði aukast lífsgæði og geðheilbrigði þjóða í heild sinni, þar með talið einstaklinga með geðræn vandamál og þeirra sem annast á þá. Þróun og innleiðing raunhæfra áætlana um að efla geðheilbrigði mun bæta líðan allra.

### Hugsanlegar aðgerðir

- i. að þróa heildaráætlanir á sviði geðheilbrigðismála sem stuðla að góðri geðheilsu, almennu heilbrigði og öðrum almennum stefnumálum sem miða að því að bæta geðheilbrigði á öllum skeiðum lífsins.
- ii. að samþykkja að aukin áhersla á geðheilbrigðismál sé langtíma fjárfesting og að þróa náms- og upplýsingaáætlanir til lengri tíma.
- iii. að þróa og bjóða upp á skilvirkar áætlanir á sviði foreldrafræðslu, allt frá meðgöngutíma.
- iv. að þróa og bjóða upp á gagnreyndar áætlanir sem auka fagkunnáttu, veita upplýsingar og leggja áherslu á sveigjanleika, tilfinningagreind og sálfélagslega hæfni barna og unglinga.
- v. að stuðla að því að aldraðir eigi kost á hollu mataræði og heilsurækt.
- vi. að auka samfélagsleg afskipti á mörgum sviðum með almennum upplýsingaherferðum og þátttöku fólks sem starfar við almenna heilsugæslu og opinberra aðila svo sem kennara, presta og fjölmiðla.
- vii. að aukin áhersla á geðheilbrigði verði órjúfanlegur hluti almennrar heilsueflingar og stefnu og áætlana á sviði heilbrigðismála, svo sem þeirra stefnumála sem tengslanet WHO á sviði heilsueflingar styður.
- viii. að hvetja fólk til að borða hollan mat og draga úr neyslu á skaðlegum efnum.
- ix. að skapa heilsusamlega vinnustaði með því að bjóða upp á líkamsrækt og koma á breytingum á vinnufyrirkomulagi, skynsamlegum vinnutíma og heilbrigðum stjórnunarháttum.
- x. að bjóða áhættuhópum, svo sem fólki með viðvarandi andleg og líkamleg vandamál og umönnunaraðilum þeirra, að taka þátt í uppbyggingarstarfi á sviði geðheilbrigðismála.
- xi. að skilgreina aðgerðir sem gera þjóðinni ótvírætt kleift að axla ábyrgð á markmiðum hvað varðar heilsueflingu og forvarnir gegn sjúkdómum, til dæmis með því að auka skilning almennings á því hve mikilvægt er hvaða leiðir fólk velur sér í lífinu.

## 2. Vekja skal athygli á mikilvægi góðrar geðheilsu

### Brýnt verkefni

Góð geðheilsa er undirstaða heilbrigðs og arðbærs samfélags fyrir alla. Skynsamleg og samþætt almenn stefnumótun, svo sem á sviði atvinnumála, borgarskipulags og félagshagfræðilegra þátta, hefur einnig jákvæð áhrif á geðheilbrigði og dregur úr hættu á geðrænum vandamálum. Því þarf að taka tillit til geðheilbrigðismála við alla almenna stefnumótum, einkum hvað varðar hugsanleg áhrif á áhættuhópa. Stefna í geðheilbrigðismálum krefst þverfaglegra tengsla og ætti að ná til fjölmargra starfs- og faghópa.

### Hugsanlegar aðgerðir

- i. að gera geðheilbrigðismál að órjúfanlegum hluta almennra heilbrigðismála.



## HEILBRIGÐIS- OG TRYGGINGAMÁLARÁÐUNEYTIÐ

- ii. að sjónarmið í geðheilbrigðismálum og viðeigandi aðgerðir verði hluti nýrrar sem og ríkjandi stefnu og lagasetninga í hverju landi.
- iii. að geðheilbrigði verði liður í áætlunum á sviði hollustuhátta og öryggis á vinnustöðum.
- iv. að meta hugsanleg áhrif allra nýrra stefnumála á geðheilbrigði þjóða áður en þau eru innleidd og vinna síðan úr niðurstöðum.
- v. að huga sérstaklega að því hvaða áhrif ríkjandi stefna hefur á fólk sem þjáist af geðröskunum eða er í áhættuhópi.

### 3. Vinna þarf bug á fordómum og mismunun

#### Brýnt verkefni

Þróun og innleiðingu stefnu á sviði geðheilbrigðismála má ekki tefla í tvísýnu vegna hinna útbreiddu fordóma sem tengjast geðrænum sjúkdómum og hafa mismunun í för með sér. Á mörgum sviðum nýtur fólk með geðraskanir ekki jafnréttis vegna slíkrar mismununar. Vernda þarf mannréttindi fólks með geðraskanir. Sjálfsefling er mikilvægt skref í átt að þessum markmiðum þar sem slíkt stuðlar að þátttöku í samfélagi án aðgreiningar. Skortur á öflugum samtökum þjónustupega og umönnunaraðila og lítið stuðningsstarf koma í veg fyrir stefnumótun og starfsemi sem tekur mið af þörfum þeirra og óskum. Takast þarf með ýmsum hætti á við þá einangrun sem fólk með geðraskanir býr við, hvort sem það er á hæli, stofnun eða úti í samfélaginu.

#### Hugsanlegar aðgerðir

- i. að stofna til aðgerða sem vinna gegn fordómum og mismunun og leggja áherslu á hve geðræn vandamál eru útbreidd, hve meðferð og batahorfur eru almennt góðar, og þá staðreynd að þau tengjast sjaldan ofbeldi.
- ii. að innleiða eða grandskoða lög sem kveða á um réttindi fatlaðra til að tryggja að þau nái jafnt og réttlátlega til geðfötlunar.
- iii. að þróa og útfæra stefnu á landsvísu, og innan tiltekinna sviða og fyrirtækja, í því skyni að útrýma fordómum og mismunun á vinnustöðum vegna geðrænna vandamála.
- iv. að hvetja til þess að sveitarfélög séu þátttakendur í áætlunum á sviði geðheilbrigðismála með því að styðja framtak frjálsra félagasamtaka.
- v. að þróa samfellda stefnumótun og löggjöf sem fjallar um fordóma og mismunun og tekur mið af bæði alþjóðlegum og staðbundnum stöðlum varðandi mannréttindi.
- vi. að koma á uppbyggilegum samskiptum við fjölmiðla og veita þeim upplýsingar með reglubundnum hætti.
- vii. að setja viðmiðunarreglur um fulltrúa þjónustupega og umönnunaraðila í nefndum og hópum sem annast áætlanagerð, úrvinnslu, endurskoðun og eftirlit með starfi á sviði geðheilbrigðismála.
- viii. að hvetja til þess að stofnuð séu frjáls félagasamtök sem og samtök þjónustupega innan sveitarfélaga og á landsvísu, sem vinna að málefnum geðsjúkra, þeirra sem annast þá og þess samfélags sem þeir eiga heima í.
- ix. að stuðla að því að börn og unglingar með geðraskanir og geðtruflanir stundi nám og hljóti starfsþjálfun í almenna skólakerfinu.



## HEILBRIGÐIS- OG TRYGGINGAMÁLARÁÐUNEYTIÐ

x. að koma á starfsþjálfun fyrir fólk með geðraskanir og stuðla að því að vinnustaðir og starfsumhverfi sé aðlagð sérþörfum þess í því skyni að tryggja að það geti farið út á almennan vinnumarkað.

### 4. Efla þarf starfsemi sem tekur mið af viðkvæmum lífskeiðum

#### Brýnt verkefni

Ungbörn, börn og unglingar, sem og aldraðir, eru einkum í áhættuhópi af völdum félagslegra, sálfræðilegra, líffræðilegra og umhverfistengdra þátta. Ungt fólk og aldrað ætti vegna varnarleysis síns, og þess hve hjálparþurfi það er, að vera í algjörum forgangshópi varðandi framgang í geðheilbrigðismálum og hvað viðvíkur forvarnarstarfi og umönnun geðsjúkra. Víða um lönd er þó geta til að sinna slíku takmörkuð, og þjónustuaðilar og starfsfólk er oft illa í stakk búið til að takast á við þroska- og aldurstengdar truflanir. Einkum geta erfiðleikar í barnæsku verið mikilvægur undanfari geðtruflana á fullorðinsaldri. Líta ber á geðvernd barna og unglunga sem mikilvæga fjárfestingu sem kemur einstaklingum, samfélögum og heilbrigðiskerfum til góða á margan hátt til langframa.

#### Hugsanlegar aðgerðir

- i. að tryggja að stefna í geðheilbrigðismálum setji geðheilbrigði og vellíðan barna, unglunga og aldraðra sem forgangsmálefni.
- ii. að fella alþjóðleg réttindi barna og unglunga og aldraðra inn í lög sem kveða á um geðheilbrigðismál.
- iii. að virkja ungt fólk og aldraða eins mikið og unnt er í ákvarðanaferlinu.
- iv. að taka sérstakt tillit til jaðarhópa, þar með talið barna og aldraðra meðal nýbúa.
- v. að þróa geðheilbrigðisþjónustu sem tekur mið af þörfum ungs fólks og aldraðra og er í nánú samstarfi við aðstandendur, skóla, dagvistarstofnanir, nágranna, ættingja og vini.
- vi. að stuðla að þróun hverfismiðstöðva fyrir aldraða til að auka félagslegan stuðning og aðgengi að aðstoð.
- vii. að tryggja að geðheilbrigðisþjónusta sem tekur mið af aldri og kynferði sé veitt bæði hjá almennri heilsugæslu og sérhæfðri heilbrigðis- og félagsþjónustu sem hafa samþætta starfsemi.
- viii. að koma í veg fyrir að börn, unglingar og aldraðir séu vistaðir á stofnunum, sem leiðir til félagslegrar einangrunar og vanrækslu.
- ix. að auka gæði geðheilbrigðisþjónustu með því að sjá til þess að sértæk inngríp eða umönnun séu fyrir hendi fyrir börn, unglunga og aldraðra, og með því að mennta og ráða nægilega marga sérfræðinga til starfa.
- x. að auka samræmi milli stofnana sem annast áfengis- og fíkniefnameðferð og heilbrigðis- og geðheilbrigðismál barna og unglunga, bæði á landsvísu og alþjóðavísu, sem og samstarf milli viðkomandi tengslaneta.
- xi. að tryggja jafnræði í fjárveitingum til sambærilegrar heilbrigðisþjónustu.



## 5. Koma þarf í veg fyrir geðraskanir og sjálfsvíg

### Brýnt verkefni

Fólk víða um lönd verður fyrir skaðlegum streituvaldandi samfélagslegum breytingum sem hafa áhrif á félagslega samheldni, öryggi og atvinnu og valda auknum kvíða og þunglyndi, áfengis- og fíkniefnaneyslu, ofbeldi og sjálfsvígshugsunum. Félagslegir orsakavaldar geðrænna vandamála eru af ýmsum toga og geta verið allt frá einstaklingsbundnum ástæðum fyrir vanlíðan til málefna sem varða tiltekna hópa eða samfélagið í heild.

Þessir félagslegu orsakavaldar geta myndast eða færst í aukana á ýmsum stöðum, svo sem innan veggja heimilisins, við nám, á vinnustað eða stofnunum. Einangraðir og viðkvæmir hópar, svo sem flóttamenn og nýbúar, atvinnulausir, fangar sem sitja inni eða eru að losna úr fangelsi, fólk með ýmiss konar kynhneigðir, líkamlega og andlega fatlað fólk og fólk sem á við geðræn vandamál að stríða, er í sérstakri áhættu.

### Hugsanlegar aðgerðir

- i. að auka skilning á útbreiðslu, einkennum og meðferðarmöguleikum varðandi skaðlega streitu, kvíða, þunglyndi og geðklofa.
- ii. að markhópum í áhættu sé boðið upp á forvarnaráætlun gegn þunglyndi, kvíða, skaðlegri streitu, sjálfsvígshugsunum og öðrum áhættuþáttum, sem mótist út frá sérþörfum þeirra og með tilliti til forsögu þeirra og menningarumhverfis.
- iii. að koma upp sjálfshjálparhópum, neyðarlínum og vefsetrum til að draga úr sjálfsvígum og sem hafa það að markmiði að ná til hópa í mikilli áhættu.
- iv. að setja reglur sem gera fólki erfiðara um vik að nálgast búnað til að svipta sig lífi.
- v. að innleiða þá reglu að fæðingarlæknar og ljósmæður meti geðheilsu sængurkvenna og geri ráðstafanir til íhlutunar ef þörf krefur.
- vi. að útvega fjölskyldum í áhættuhópi fræðslu og aðstoð innan veggja heimilisins til að stuðla með virkum hætti að aukinni hæfni foreldra, heilbrigðu líferni og bættum samskiptum foreldra og barna.
- vii. að skipuleggja gagnreyndar námsáætlanir í samstarfi við aðra erindreka þar sem fjallað er um sjálfsvíg, þunglyndi og áfengis- og fíkniefnaneyslu ungmenna í skólum og háskólum, og fá unglinga og fólk sem er góðar fyrirmyndir til að taka þátt í kynningarherferðum.
- viii. að stuðla að því að komið verði á samfélagslegum áætlunum varðandi brýna áhættuþætti og að frjáls félagasamtök, einkum þau sem starfa í þágu jaðarhópa, verði efl.
- ix. að tryggja viðeigandi sérfræðiaðstoð og þjónustu fyrir fólk sem orðið hefur fyrir miklu áfalli eða ofbeldi, t.d vegna stríðsátaka, náttúruhamfara og hryðjuverkaárása til að koma í veg fyrir langvinna áfallaröskun.
- x. að auka skilning starfsfólks í heilbrigðisgeiranum og á tengdum sviðum á eigin viðhorfum og fordómum gagnvart sjálfsvígum og geðrænum vandamálum.
- xi. að fylgjast með geðheilbrigði á vinnustöðum með því að þróa viðeigandi vísbenda og aðferðir.
- xii. að stuðla að geðvernd og betri geðheilsu á vinnustöðum með áhættumati, streitustjórnun og eftirliti með sálfélagslegum þáttum, starfsþjálfun og aukinni fræðslu.
- xiii. að sjá til þess að helstu stofnanir sem hafa með atvinnu- og húsnæðismál og menntamál að gera taki þátt í að þróa forvarnaráætlanir og hrinda þeim í framkvæmd.



## 6. Tryggja þarf góða geðheilbrigðisþjónustu hjá almennri heilsugæslu

### Brýnt verkefni

Í flestum Evrópulöndunum eru heimilislæknar og annað starfsfólk á almennum heilsugæslum þeir aðilar sem fyrst er leitað til og veita mesta aðstoð þegar um algengar geðraskanir er að ræða. Oft koma þó ekki geðræn vandamál upp á yfirborðið þegar fólk leitar til heimilislæknis eða almennrar heilsugæslu og fullnægjandi meðferð er ekki alltaf beitt þegar þau greinast. Margir sem eiga við geðræn vandamál að stríða, einkum viðkvæmir og einangraðir einstaklingar, eiga erfitt með að nálgast og leita sér áfram hjálpar á viðkomandi stöðum. Meðal heimilislækna og almennrar heilsugæsluþjónustu þarf að þróa hæfni og getu til að greina og meðhöndla fólk með geðtruflanir í samfélaginu, og styðja þarf slíkt starf eftir þörfum sem lið í tengslaneti sérhæfðrar geðheilbrigðisþjónustu.

### Hugsanlegar aðgerðir

- i. að tryggja að fólk eigi greiðan aðgang að geðheilbrigðisþjónustu á almennum heilsugæslustöðvum.
- ii. að á almennum heilsugæslustöðvum þróist hæfni til að greina og meðhöndla geðræn vandamál, svo sem þunglyndi, kvíða, streituraskanir, fíkniefnamisnotkun og geðsjúkdóma á viðeigandi hátt með því að fjölga starfsfólki þar og auka kunnáttu á þessu sviði.
- iii. að gefa kost á geðlyfjum og viðtalsmeðferð á almennum heilsugæslustöðvum, hvort sem um algengar eða alvarlegar geðraskanir er að ræða, einkum fyrir einstaklinga sem búsettir eru í grenndinni og eiga við langvarandi geðraskanir að stríða.
- iv. að hvetja starfsfólk almennrar heilsugæslu til að hefja kynningar- og forvarnarstarf á sviði geðheilbrigðismála, og beina einkum sjónum að þeim þáttum sem valda eða viðhalda vanheilsu.
- v. að móta og innleiða meðferð og tilvísanareglur innan almennrar heilsugæslu, koma á góðum starfsháttum og skilgreina ítarlega viðkomandi ábyrgðarsvið varðandi almenna heilsugæslu og sérfræðiþjónustu á geðheilbrigðissviði.
- vi. að koma á fót stofnunum með hæfu starfsfólki og þróa tengslanet á hverju svæði, sem heilbrigðisstarfsmenn, þjónustuþegar, umönnunaraðilar og fjölmiðlar geta snúið sér til og leitað ráða hjá.
- vii. að byggja upp og breiða út geðheilbrigðisþjónustu hvarvetna innan heilsugæslunnar og á aðgengilegum stöðum, svo sem í félagsþjónustunni og á sjúkrahúsum.

## 7. Veita þar skilvirka þjónustu á vegum sveitarfélaga fyrir fólk með alvarlegar geðraskanir

### Brýnt verkefni

Framfarir hafa átt sér stað á sviði geðheilbrigðismála á Evrópusvæðinu. Mikilvægt er að viðurkenna og styðja rétt fólks til að fá þá meðferð og aðstoð sem skilar bestum árangri, jafnframt því sem dregið er úr áhættu eins og kostur er, á grundvelli óska og þarfa hvers og eins, og með



## HEILBRIGÐIS- OG TRYGGINGAMÁLARÁÐUNEYTIÐ

tilliti til menningar, trúarbragða, kynferðis og viðhorfa. Þekking og reynsla víða um lönd styður þróun tengslaneta á sviði þjónustu á vegum sveitarfélaga, þar með talið sjúkrahúsvistar. Á 21. öldinni á ómannúðleg og vanvirðandi meðferð og umönnun á stórum stofnunum ekki að eiga sér stað. Í stöðugt fleiri löndum hafa mörg hæli verið lögð niður og þar er nú verið að koma upp virkri þjónustu á vegum sveitarfélaga. Huga þarf sérstaklega að tilfinningalegum og fjárhagslegum þörfum, sem og fræðsluþörf aðstandenda og vina sem tíðum axla mikla ábyrgð hvað varðar stuðning og umönnun, en hafa oft sjálfir þörf fyrir stuðning.

### Hugsanlegar aðgerðir

- i. að gera þjónustuþegum og umönnunaraðilum kleift að njóta bæði geðheilbrigðisþjónustu og almennrar þjónustu og bera ábyrgð á umönnunarstarfi þeirra í samvinnu við þjónustuveitendur.
- ii. að skipuleggja og koma á sérfræðiþjónustu á vegum sveitarfélaga sem er virk allan sólarhringinn sjö daga vikunnar, þar sem þverfaglegur starfshópur annast fólk með alvarlegar geðtruflanir, svo sem geðklofa, geðhvörf, alvarlegt þunglyndi eða heilabilun.
- iii. að veita neyðarhjálp í kreppum, veita þjónustu á heimilum og vinnustöðum, koma í veg fyrir að veikindi versni og innlögn á sjúkrahús þegar hægt er, og leggja einungis inn fólk sem er mjög illa haldið eða hættulegt sjálfu sér og öðrum.
- iv. að veita viðtæka og virka meðferð, viðtalsmeðferð og lyfjameðferð með eins litlum aukaverkunum og kostur er, innan sveitarfélagsins, einkum þegar ungt fólk á í hlut sem er að glíma við geðræn vandamál í fyrsta sinn.
- v. að tryggja að fólk með geðraskanir geti fengið nauðsynleg lyf á viðráðanlegu verði, bæði fyrir heilbrigðiskerfið og einstaklinginn, til að hægt sé að skrifa út viðeigandi lyf og veita rétta lyfjameðferð.
- vi. að byggja upp endurhæfingarþjónustu í því skyni að fólk eigi sem mesta möguleika á samfélagslegri þátttöku, jafnframt því sem tillit er tekið til þeirra áhrifa sem geðfötlun hefur í för með sér.
- vii. að bjóða þeim aðstoð sem hafa þörf fyrir meðferð en eru í annarri vistun, svo sem á sjúkrahúsum eða í fangelsum.
- viii. að bjóða umönnunaraðilum og aðstandendum upp á að tilfinningalegar og fjárhagslegar þarfir þeirra séu metnar og að þeir taki þátt í umönnunaráætlunum.
- ix. að gera áætlanir í því skyni að þróa hæfni og getu aðstandenda og viðkomandi aðila til að sinna umönnunarstörfum.
- x. að skoða gaumgæfilega hvort stuðningsáætlanir taki tillit til fjárhagslegs kostnaðar sem fylgir umönnun.
- xi. að skipuleggja og fjármagna áætlanir sem dreifa má upplýsingum um.
- xii. að tilgreina og styðja þá einstaklinga sem samstarfsmenn treysta til að leiða nýjungar og nýbreytni.
- xiii. að móta leiðbeiningar um góða starfshætti og fylgjast með að eftir þeim sé farið.
- xiv. að kynna fólki í nauðungarvistun lagalega rétt sinn til að velja sér óháðan talsmann.
- xv. að innleiða eða efla lög og reglur sem standa vörð um gæði umönnunar, og fela í sér að ómannúðlega og vanvirðandi umönnun og íhlutun verði aflögð.
- xvi. að koma á eftirliti til að efla góða starfshætti við umönnun geðsjúkra og koma í veg fyrir vanrækslu og misþyrmingar.



## 8. Koma þarf á þverfaglegu samstarfi

### Brýnt verkefni

Mikilvæg þjónusta, sem áður fyrr var hefð fyrir að veita á stórum stofnunum eða ekki var talin skipta máli er geðsjúkir áttu í hlut, deilist núorðið oftast á milli fjölda aðila. Léleg samvinna og skortur á samhæfingu þjónustu sem veitt er eða fjármögnuð af mismunandi aðilum veldur því að umönnun er ábótavant og óskilvirk. Samræma þarf og stýra ábyrgð viðkomandi aðila á svo mörgum mismunandi þjónustusviðum innan stjórnsýslunnar. Þjónustuþegar og umönnunaraðilar þeirra þurfa aðstoð við leita eftir og fá þjónustu á borð við bótagreiðslur, húsnæði, máltíðir, atvinnu og lækni meðferð vegna líkamlegra meinsemda, þar með talið fíkniefnaneyslu.

### Hugsanlegar aðgerðir

- i. að skipuleggja heildarþjónustu á sviði forvarna og umönnunar samkvæmt þörfum og í nánu samstarfi við þjónustuþega.
- ii. að mynda sameiginlegt tengslanet þjónustustofnana sem eru þjónustuþegum og þeim sem annast þá mikilvægar, svo sem á sviði félagsþjónustu, atvinnu, menntunar, laga og réttar, samgangna og heilbrigðismála.
- iii. að veita starfsfólki í geðheilbrigðisgeiranum umboð til að greina þarfir og veita stuðning í daglegu lífi, annaðhvort milliliðalaust eða í samvinnu við aðra þjónustu.
- iv. að fræða starfsfólk í skyldum störfum um sérþarfir og réttindi fólks með geðraskanir og þeirra sem eru í áhættuhópi.
- v. að skilgreina og leiðrétta fjárhagslega og kerfistengda þætti sem hindra samstarf, einnig innan stjórnsýslunnar.

## 9. Sjá þarf til þess að ekki skorti hæft starfsfólk

### Brýnt verkefni

Við endurbætur á geðheilbrigðissviði þarf starfsfólk að gegna nýjum ábyrgðarstörfum sem krefjast breytinga á gildismati og viðhorfum, þekkingu og hæfni. Uppfæra þarf starfshætti ýmissa hópa innan geðheilbrigðisgeirans og starfsfólks á öðrum sviðum, svo sem kennara, starfsfólks tryggingastofnana, presta og sjálfboðaliða til að umönnun sé virk og skili árangri. Nýir menntunarmöguleikar verða að mæta þörfinni fyrir aukna sérfræðiþekkingu á öllum sviðum.

### Hugsanlegar aðgerðir

- i. að viðurkenna þörfina fyrir ný ábyrgðarhlutverk meðal sérfræðinga, sem og almennra starfsmanna á heilbrigðissviði og á öðrum mikilvægum sviðum, svo sem í félagsþjónustu og á sviði menntamála.





## HEILBRIGÐIS- OG TRYGGINGAMÁLARÁÐUNEYTIÐ

- ii. að byggja upp reynslu starfsfólks innan sveitarfélaga og þverfaglega teymisvinnu við þjálfun og menntun allra sem starfa innan geðheilbrigðisgeirans.
- iii. að allt starfsfólk almennrar heilsugæslu fái þjálfun í greiningu, forvörnum og meðferð geðraskana.
- iv. að skipuleggja og fjármagna, í samvinnu við menntastofnanir, áætlanir um náms- og starfsþjálfun fyrir starfsfólk og þá sem eru að hefja störf.
- v. að hvetja til nýráðninga starfsfólks í geðheilbrigðisgeiranum og leggja áherslu á að haldið sé í núverandi starfsfólk.
- vi. að tryggja sanngjarna dreifingu starfsfólks á geðheilbrigðissviði í samfélaginu, einkum þar sem um áhættuhópa er að ræða, með hvetjandi aðgerðum.
- vii. að koma til móts við kunnáttuleysi á sviði tækninýjunga meðal starfsfólks og styðja kennsluáætlanir þar að lútandi.
- viii. að fræða og þjálfa starfsfólk í geðheilbrigðisgeiranum um samhengið milli kynningarstarfa, forvarnarstarfa og meðferðar.
- ix. að kenna starfsfólki hjá hinu opinbera að greina þau áhrif sem stefna þeirra og störf hafa á geðheilbrigði samfélagsins.
- x. að skapa sérhæft vinnuafli með því að skipuleggja og koma á stofn viðeigandi sérnámi fyrir alla sem starfa í geðheilbrigðisgeiranum.
- xi. að skipuleggja sérþjálfun á sviðum sem krefjast mikillar sérfræðipækkingar, svo sem við meðferð og umönnun barna, aldraðra og þeirra sem eiga í senn við geðraskanir og áfengis- og vímuefnavanda að stríða.

## 10. Veita þarf góðar upplýsingar um geðheilbrigði

### Brýnt verkefni

Upplýsingar um ríkjandi ástand í geðheilbrigðismálum og starfsemi á því sviði þurfa að vera aðgengilegar til að hægt sé að móta góða starfshætti og stefnu í löndum á Evrópusvæðinu. Fylgjast þarf með áhrifum allra nýjunga sem koma fram. Meta þarf geðheilsu almennt, svo og hegðun sem vitnar um hjálparþörf í samfélögunum, innan tiltekinna hópa og meðal einstaklinga, með aðferðum sem gera kleift að gera samanburðarrannsóknir á Evrópusvæði WHO. Vísbendar ættu að vera staðlaðir og samanburðarhæfir innan sveitarfélaga og á landsvísu og alþjóðavísu til að geta komið að gagni við skilvirka áætlanagerð, innleiðingu, eftirlit og mat á stefnu sem styðst við vísindalega staðfesta reynslu og aðgerðaráætlun um geðheilbrigðismál.

### Hugsanlegar aðgerðir

- i. að þróa eða efla eftirlitskerfi á landsvísu sem byggist á alþjóðlega stöðluðum, samræmdum og samanburðarhæfum vísbendum og upplýsingakerfi, til að mæla hvernig gengur að ná þeim markmiðum sem sett hafa verið innan sveitarfélaga, á landsvísu og á alþjóðavísu, um betri geðheilsu og vellíðan.
- ii. að þróa nýja vísbenda og aðferðir til að afla upplýsinga sem enn eru ekki tiltækar, svo sem vísbenda um kynningarstarf á sviði geðheilbrigðismála, forvarnir, meðhöndlun og bata.
- iii. að styðja framkvæmd reglubundinna kannana á geðheilsu þjóða þar sem beitt er viðurkenndri aðferðafræði á Evrópusvæði WHO.



## HEILBRIGÐIS- OG TRYGGINGAMÁLARÁÐUNEYTIÐ

- iv. að mæla tíðnihlutfall og útbreiðslu sjúkdóma, þar með talið áhættuþátta, meðal þjóðarinnar og innan áhættuhópa.
- v. að fylgjast með núverandi heilbrigðisáætlunum, heilbrigðisþjónustu og -kerfi.
- vi. að styðja að heildarkerfi yfir gagnagrunna á Evrópusvæði WHO verði þróað, þar sem finna megji upplýsingar um stöðu stefnumála á geðheilbrigðissviði, áætlanir, gerð og dreifingu á gagnreyndu fræðslu- og kynningarefni, forvarnir, meðferð, umönnun og bata.
- vii. að stuðla að upplýsingastreymi um áhrif góðra starfshátta og stefnu, á landsvísu og á alþjóðavísu.

## 11. Leggja þarf fram nægilegar fjárveitingar

### Brýnt verkefni

Fjárveitingar til geðheilbrigðismála eru oft ófullnægjandi og ekki sambærilegar við það sem tíðkast annars staðar í opinbera geiranum, og slíkt leiðir til erfiðleika við að fá aðstoð, og til vanrækslu og mismununar. Í sumum heilbrigðiskerfum er fólki með geðræn vandamál mjög mismunað hvað varðar greiðslur frá almannatryggingum og rétt á meðferð. Gæta ætti jafnræðis og samræmis við gerð fjárlaga um geðheilbrigðismál, t.d með því að hlutfallslega stærsti hluti fjárframlaga og bótagreiðslna renni til þeirra sem verst eru settir.

### Hugsanlegar aðgerðir

- i. að meta hvort það hlutfall fjárveitinga sem rennur til geðheilbrigðismála endurspeglar á sanngjarnan hátt þarfir og forgang þeirra sem mest þurfa á aðstoð að halda.
- ii. að tryggja að þeir sem eiga við mesta erfiðleika að etja og þeir fátækustu í samfélaginu fái hlutfallslega mestan fjárhagslegan stuðning.
- iii. að meta hvort fjárveiting er nýtt á skilvirknan hátt, með hliðsjón af félagslegum hagsbótum, þar á meðal þeim árangri sem kynningarstarf, forvarnir og umönnun skila.
- iv. að meta hvort greiðslur skili sér almennt til viðkomandi aðila og séu sanngjarnar, bæði í félagslega kerfinu og í einkarekna tryggingakerfinu, og gætt sé jafnræðis við aðra sjúkdóma, og að tilteknir hópar séu ekki útilokaðir eða þeim mismunað og að sérstakt tillit sé tekið til þeirra sem minnst mega sín.

## 12. Meta þarf skilvirkni og koma nýrri þekkingu á framfæri

### Brýnt verkefni

Rannsóknnum miðar vel áfram, en nauðsynlegan þekkingargrunn skortir enn varðandi sumar áætlanir og aðferðir, og því er þörf á meira fjármagni. Enn fremur þarf að fjárfesta í þekkingarmiðlun þar sem margir stefnumótendur, stjórnendur, sérfræðingar og fræðimenn vita ekki hvaða kunnáttu er þegar fyrir hendi hvað varðar hagnýtingu nýjunga og góða starfshætti, bæði á lands- og alþjóðavísu. Evrópska rannsóknasamfélagið þarf að taka höndum saman um að starfsemi á sviði geðheilbrigðismála sé byggð á vísindalega staðfestri vitneskju. Helstu forgangsmál á sviði rannsókna eru m.a. greining á stefnu í geðheilbrigðismálum, mat á áhrifum



## HEILBRIGÐIS- OG TRYGGINGAMÁLARÁÐUNEYTIÐ

heildarstefnu á geðheilbrigði, úttekt á kynningaráætlunum á sviði geðheilbrigðismála, og að stuðla að traustari þekkingargrunni hvað varðar forvarnarstarf og nýja þjónustuhætti sem og fjárveitingar til geðheilbrigðismála.

### Hugsanlegar aðgerðir

- i. að styðja rannsóknaráætlanir með hverri þjóð fyrir sig, sem greina, þróa og innleiða bestu starfshætti til að mæta þörfum samfélagsins, einnig áhættuhópa.
- ii. að gera úttekt á árangri geðheilbrigðiskerfisins í tiltekinn tíma og nýta þá reynslu sem fæst til að setja fram ný forgangsmál og styrkja brýnar rannsóknir.
- iii. að styðja rannsóknir sem auðvelda þróun forvarnaráætlana sem taka mið af þjóðinni í heild sinni, þar með talið áhættuhópum. Brýnt er að rannsaka áhrif innbyrðis tengsla margra geðrænna, líkamlegra og félagslegra heilbrigðisvandamála til að geta mótað skilvirkar forvarnaráætlanir og stefnur.
- iv. að stuðla að rannsóknum á því hvaða áhrif stefnumótun á öðrum sviðum en heilbrigðissviði hefur á heilsufar þar sem vel er hugsanlegt að slík stefnumótun geti haft jákvæð áhrif á geðheilbrigði.
- v. að brúa það bil sem skapast milli rannsókna og starfshátta hvað þekkingu varðar með því að auðvelda fræðimönnum, stefnumótendum og sérfræðingum að deila reynslu og eiga samstarf á málþingum og með útgáfu aðgengilegra fræðiritra.
- vi. að tryggja að rannsóknaráætlanir innihaldi langtímamat á geðheilbrigði og jafnframt á líkamlegu heilbrigði, sem og á félagslegum og efnahagslegum áhrifaþáttum.
- vii. að koma á varanlegu samstarfi milli sérfræðinga og fræðimanna við útfærslu og mat á nýjum eða ríkjandi aðferðum.
- viii. að fjárfesta í menntun á sviði geðheilbrigðisrannsókna á þverfaglegum grunni, svo sem mannfræði, félagsfræði, sálfræði, stjórnun og hagfræði, og hvetja til fræðilegs samstarfs til framtíðar.
- ix. að auka Evrópusamstarf við rannsóknir í geðheilbrigðismálum með því að efla tengslanet samstarfsstofnana á Evrópusvæði WHO og annarra stofnana sem vinna að rannsóknum á sviði forvarna.
- x. að fjárfesta í svæðisbundnu samstarfi um upplýsingamiðlun og útbreiðslu til að koma í veg fyrir að hagnýtar rannsóknir séu endurteknar og að fólk viti ekki um vel heppnaða og viðeigandi starfshætti á öðrum stöðum.

### Geðheilbrigðismál í Evrópu: Takast þarf á við brýn verkefni

#### Meginatriði

Aðildarríkin eru, samkvæmt Evrópuyfirlýsingu um geðheilbrigðismál og þessari aðgerðaáætlun, skuldbundin til að takast á við hin brýnu verkefni með því að hafa eftirfarandi meginatriði að markmiði: Á tímabilinu frá 2005 til 2010 ættu þau:

1. að undirbúa stefnu sína og innleiða starfshætti sem vinna gegn fordómum og mismunun og að efla geðheilbrigði, meðal annars með heilsusamlegum menntastofnunum og vinnustöðum;



## HEILBRIGÐIS- OG TRYGGINGAMÁLARÁÐUNEYTIÐ

2. að skoða ítarlega áhrif opinberrar stefnu stjórnvalda á geðheilbrigði;
3. að fella forvarnir gegn geðrænum vandamálum og sjálfsvígum inn í stefnumál þjóðfélagsins;
4. að þróa sérfræðiþjónustu sem getur sinnt sértækum málefnum ungmenna og aldraðra, sem og málefnum sem tengjast kynferði;
5. að setja í forgang þjónustu sem beinist að geðvandamálum einangraðra og viðkvæmra hópa, þar með talið vandamálum með samþættar orsakir, þ.e. þegar geðtruflanir tengjast öðrum vandamálum, svo sem fíkniefnaneyslu eða líkamlegum sjúkdómum;
6. að þróa þverfaglegt samstarf og takast á við þá þætti sem koma í veg fyrir slíka samverkun;
7. að koma á mannauðsáætlunum til að byggja upp fullnægjandi og hæft starfslið í geðheilbrigðisgeiranum;
8. að skilgreina helstu vísbenda um ákvarðandi og faraldsfræðilega þætti varðandi geðheilbrigði og mótun og framkvæmd þjónustu í samvinnu við önnur aðildarríki;
9. að staðfesta fjárveitingar, reglur og lög á sviði heilbrigðismála þar sem geðheilbrigðismál njóta jafnræðis;
10. að binda enda á ómannúðlega og vanvirðandi meðferð og umönnun og setja lög um mannréttindi og geðheilbrigðismál sem samrýmast siðareglum í sáttmálum Sameinuðu þjóðanna og alþjóðalögum;
11. að auka félagslega þátttöku fólks með geðræn vandamál;
12. að tryggja að þjónustuþegar og umönnunaraðilar eigi fulltrúa í nefndum og hópum sem annast áætlanagerð, dreifingu, endurskoðun og eftirlit með starfi á sviði geðheilbrigðismála.