



Holbergsgade 6
DK-1057 København K

T +45 7226 9000
F +45 7226 9001
M sum@sum.dk
W sum.dk

Folketingets Sundheds- og Ældreudvalg

Dato: 16-01-2018
Enhed: JURPSYK
Sagsbeh.: DEPSSNI
Sagsnr.: 1708835
Dok. nr.: 517343

Folketingets Sundheds- og Ældreudvalg har den 30. november 2017 stillet følgende spørgsmål nr. 247 (Alm. del) til sundhedsministeren, som hermed besvares.

Spørgsmål nr. 247:

”Ministeren bedes kommentere rapporten fra det britiske parlament ”Mindfulness UK”. Der henvises til: http://themindfulnessinitiative.org.uk/images/reports/Mindfulness-APPG-Report_Mindful-Nation-UK_Oct2015.pdf”

Svar:

Til besvarelse af spørgsmålet har Sundheds- og Ældreministeriet indhentet bidrag fra Sundhedsstyrelsen, som jeg henholder mig til:

”Rapporten Mindful Nation UK er udformet af gruppen the Mindfulness All-Party Parliamentary Group i oktober 2015. Gruppen består af medlemmer fra forskellige partier, og formandsskabet er delt mellem Tim Loughton fra partiet Conservative og Chris Ruane fra partiet Labour. Gruppen har ønsket at undersøge, hvilke potentialer mindfulness rummer indenfor en række sektorer, som gruppen oplever, står overfor forskellige former for udfordringer (sundhed, uddannelse, beskæftigelse og kriminalforsorgen). Eksempelvis fremhæver de de seneste års stigning i psykiske diagnoser som en udfordring for sundhedsområdet.

Rapportens indhold og formål

Rapporten er som sådan ikke en videnskabelig rapport, men mere et politisk indlæg, der gennemgår, hvad mindfulness indebærer, hvilken rolle mindfulness kan spille for sundhed, uddannelse, beskæftigelse og kriminalforsorgen samt hvilken evidens, der ligger til grund for relevansen af mindfulness i de nævnte sektorer.

Formålet med rapporten er at udbrede interessen for mindfulness og dens potentialer samt advokere for, at mindfulness-baserede tilbud skal gøres mere tilgængelige i Storbritannien.

Mindfulness i sundhedssektoren

I nedenstående fokuseres der på, hvilken rolle mindfulness ifølge the Mindfulness All-Party Parliamentary Group kan spille på sundhedsområdet.

I forbindelse med stigning i psykiatriske diagnoser og den forringede mentale sundhed anbefaler the Mindfulness All-Party Parliamentary Group mindfulness som én af de mest lovende forebyggende interventioner.

Der gives i rapporten følgende anbefalinger til implementering på sundhedsområdet i Storbritannien:

- At Mindfulness Baseret Kognitiv Terapi (herefter MBCT) skal gøres lettere tilgængeligt end på nuværende tidspunkt for de mennesker, der oplever tilbagevendende depression
- Tilgængeligheden af MBCT skal i særdeleshed øges hos mennesker, der ikke ønsker at tage deres antidepressive medicin, eller som lever med en langvarig fysisk sygdom
- Der skal afsættes midler til at uddanne MBCT-undervisere
- National Institute for Health and Care Excellence (herefter NICE) skal undersøge effekterne af mindfulness-baserede indsatser hos mennesker med kroniske smerter, irritable tyktarm og kræft.

MBCT har siden 2004 været anbefalet som behandlingsform til mennesker med tilbagevendende depression af NICE. Dog fremhæver the Mindfulness All-Party Parliamentary Group, at på trods af NICEs anbefaling, er tilbud om MBCT begrænset mange steder i landet.

Sundhedsstyrelsens vurdering af rapporten Mindful Nation UK, herunder mindfulness som forebyggende intervention

Sundhedsstyrelsen vurderer samlet set, at der er tale om en rapport, der fornuftigt fremhæver mindfulness som forebyggende initiativ og konkretiserer anbefalinger for mindfulness inden for sundhed, uddannelse, beskæftigelse og kriminalforsorgen. Anbefalingerne baserer sig på blandt andet høringer fra eksperter i mindfulness og eksperter på de respektive områder.

Rapporten beskriver, at der er god evidens for mindfulness som forebyggende intervention, specielt hos den målgruppe, der oplever tilbagevendende depression. En nærmere vurdering af rapportens konklusioner, herunder deres overførbare til en dansk kontekst vil kræve yderligere afprøvninger, undersøgelser og kortlægning af danske indsatser og erfaringer.

Afslutningsvis skal det pointeres, at Sundhedsstyrelsen i overensstemmelse med rapportens konklusioner vurderer, at ingen tiltag og tilgange kan stå alene, når det drejer sig om mental sundhed, men skal suppleres af anden evidensbaseret behandling og tiltag. ”

Med venlig hilsen

Ellen Trane Nørby / Søs Schack Nielsen