



WWW.VIDENSRaad.DK

MENTAL SUNDHED OG PSYKISK SYGDOM HOS 0-24-ÅRIGE

JANUAR 2022

Videnskabeligt funderede forslag til en national strategi for børn og unges mentale sundhed

Børn og unges mentale sundhed kan styrkes, og der findes dokumenterede metoder til at forebygge eller mildne mentale helbredsproblemer og psykisk sygdom.

Mentale helbredsproblemer og psykisk sygdom blandt børn og unge opstår ikke fra den ene dag til den anden. Det er et kontinuum, hvor symptomerne med tiden bliver flere og værre. Alle steder i udviklingen er det muligt at sætte ind med sundhedsfremme, forebyggelse, tidlig opsporing eller behandling.

Det bliver gjort i alt for ringe grad, selv om vi i dag har en stor viden om, hvad der skal til. Den viden, vi har om effektive indsatser bliver ikke brugt systematisk, hvilket resulterer i, at børn og unge i nogen dele af landet ikke får nogen støtte og i andre dele af landet får tilbud, som ikke har en dokumenteret effekt.

Der er brug for en national strategi, der både har fokus på tidlig indsats med de rette indsatser og en systematisk implementering heraf.

For at vende den bekymrende stigning i børn og unge mentale helbredsproblemer og psykiske sygdomme er det afgørende at forbedre indsatsen i hele forebyggelseskæden - fra tidlige tegn på mistrivsel til behandlingskrævende tilstande. Og så er det afgørende at sikre en systematisk implementering af de effektive sundhedsfremme- forebyggelses- og behandlingsindsatser, så de kommer børn og unge i alle aldre og i hele landet til gode.

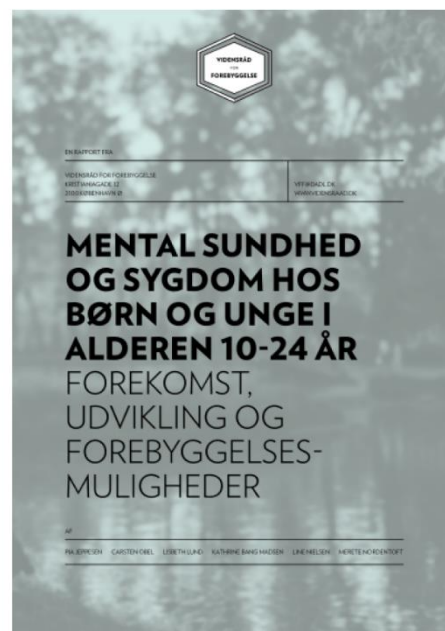
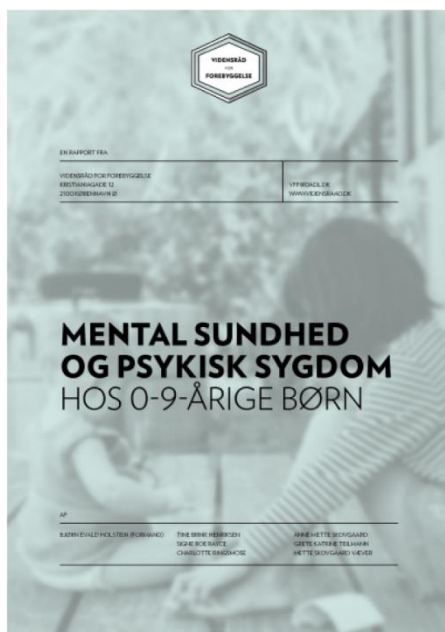
Vidensråd for Forebyggelse foreslår derfor, at en national strategi for børn og unges mentale sundhed rummer følgende punkter:

1. Skab sammenhæng i de mange forebyggende indsatser for børn og familier i sundheds-, social- og skolesektoren.
2. Styrk mental sundhedsfremme, opsporing og forebyggelse af mentale helbredsproblemer blandt alle børn i alle kommuner.

3. Styrk indsatsen i familier, hvor en eller flere forældre har mentale eller sociale problemer.
4. Styrk mental sundhed ved at kvalificere opsporing og indføre forskningsbaserede indsatser til mental sundhedsfremme og forebyggelse af mentale helbredsproblemer i dagtilbud og skoler.
5. Styrk viden om børns mental sundhed og mentale helbredsproblemer i alle faggrupper med kontakt til børn og familier.
6. Styrk forskningen i forebyggende indsatser, der er målrettet mental sundhed, mentale helbredsproblemer og psykisk sygdom blandt børn.
7. Monitorér implementeringen og effekterne af de indsatser, der er nævnt i punkt 1- 6.

Forskningen bag:

Rådene stammer fra de to rapporter, som Vidensråd for Forebyggelse har udgivet i henholdsvis 2020 og 2021 om børn og unges mentale sundhed:



I rapporterne kan man få mere viden om forekomsten og udviklingen af mentale helbredsproblemer og psykisk sygdom hos børn og unge, effekten af forebyggelsesindsatser og hvordan de bliver brugt i Danmark, samt hvor der mangler bedre viden. Rapporterne er lavet på baggrund af en grundig gennemgang af dansk og international litteratur af to arbejdsgrupper bestående af førende forskere på området.

Børn og unges mentale sundhed er truet

Vi udnytter ikke mulighederne for at forebygge og behandle mentale helbredsproblemer og psykisk sygdom hos børn og unge, og det betyder, at alt for mange børn og familier lider unødigt og alt for længe, med stor risiko for langvarige og omfattende konsekvenser for resten af deres liv.

Mentale helbredsproblemer og psykisk sygdom er en stor og stigende udfordring. Hvert syvende barn i Danmark diagnosticeres med en eller flere psykiske sygdomme inden de fylder 18 år, og endnu flere har mentale helbredsproblemer. Det kan have store konsekvenser både på kort og langt sigt, blandt andet i form af forringet livskvalitet, indlæringsproblemer, afbrudte uddannelsesforløb, udfordringer med at fastholde job, risiko for kronisk psykisk sygdom, misbrug og afhængighed af sociale ydelser.

Mere viden

Rapporterne kan downloades på: www.vidensraad.dk. Vidensråd for Forebyggelse uddyber gerne materialet. Kontakt kommunikationsansvarlig i Vidensråd for Forebyggelse, Susanne Vigsø Grøn, på mail: svg.vff@dadl.dk eller telefon 20 47 30 35.

Om Vidensråd for Forebyggelse

Vidensråd for Forebyggelse er et uafhængigt råd, der består af 15 eksperter, som samler og formidler forskningsviden om forebyggelse af sygdom og fremme af befolkningens sundhed. Rådet er finansieret af bevillinger fra puljemidler, fonde og Lægeforeningen.