

Till: Region Stockholm,  
Regionstyrelsen, Rotel II  
registrator.lsf@sll.se  
Diarienummer: RS 2020-0457

## **Strategi för främjande av psykisk hälsa och välbefinnande samt förebyggande av psykisk ohälsa 2022 - 2030 (Region Stockholm)**

Svenska Röda Korset lämnar här sina synpunkter på förslaget till Strategi för främjande av psykisk hälsa och välbefinnande samt förebyggande av psykisk ohälsa 2022 - 2030.

### ***Sammanfattning av Svenska Röda Korsets synpunkter***

- *Svenska Röda Korset välkomnar strategin och uppskattar att den har utvecklats genom en bred dialog med olika samhällsaktörer.*
- *Svenska Röda Korset anser att strategin också ska säkerställa att dessa olika aktörer engageras i genomförandet av strategin och att Region Stockholm ska skapa goda förutsättningar för olika samhällsaktörer att bidra.*
- *Svenska Röda Korset anser att trygghet, säkerhet och respekt för mänskliga rättigheter ska läggas till som en "grundförutsättning" för psykisk hälsa i strategin.*
- *Svenska Röda Korset saknar en analys över effekterna för personer och grupper som är särskilt sårbara och därför löper större risk att drabbas av psykisk ohälsa. Vi föreslår att strategin kompletteras med strategiska åtgärder för att garantera att dessa personer och grupper inte exkluderas och diskrimineras när det gäller främjande och förebyggande insatser.*
- *Svenska Röda Korset anser att strategin ska kompletteras med strategiska åtgärder som syftar till att hantera ökade riskerna för psykiska ohälsa i samband med kriser. Insatser för psykisk hälsa bör genomföras så tidigt som*

*möjligt också under kriser. Psykisk hälsa bör inkluderas som en komponent i regionens krishanteringssystem. Det gäller även strukturer för uppföljning och stöd i återanpassning efter större samhällskriser.*

- *Svenska Röda Korset rekommenderar att insatser för främjande av psykisk hälsa och förebyggande av psykisk ohälsa integreras i all relevant verksamhet som bedrivs av regionen. Detta bör utgöra en del av strategin.*
- *Svenska Röda Korset föreslår att de rekommenderade tillvägagångssätten (7.1) förtydligas till exempel genom att använda handlingsinriktade punkter istället för löpande text. Där det finns ett tydligt ansvar hos en nämnd eller bolag bör kravet på genomförande och återrapportering skärpas.*
- *Svenska Röda Korset anser att strategin ska understryka vikten av att kunskapshöjande insatser genomförs systematiskt på samtliga nivåer och att regionens nämnder och bolag har ett särskilt ansvar för att säkerställa relevant kunskap inom sina ansvarsområden. Kunskapshöjningen bör omfatta stigma och exkludering.*
- *Svenska Röda Korset anser vidare att strategin bör uppmuntra särskilt stöd till kunskapshöjande insatser av samhällets olika aktörer samt samverkan mellan det offentliga och exempelvis idéburna organisationer.*
- *Avslutningsvis förordar Svenska Röda Korset en tydligare mekanism för implementering och uppföljning med mätbara indikatorer.*

### ***Svenska Röda Korsets utgångspunkter i dessa frågor***

Svenska Röda Korset är en neutral, självständig och opartisk humanitär organisation vars uppdrag är att förhindra och lindra mänskligt lidande, skydda liv och hälsa och säkerställa respekt för varje människas värde. Som nationell rödakorsförening i Sverige har Svenska Röda Korset en stödjande roll till de offentliga myndigheterna inom det humanitära området, en roll som är fastslagen i såväl internationell rätt som svensk författning. Denna stödjande roll innebär att Svenska Röda Korset genom författning eller efter överenskommelse med regeringen eller en myndighet kan få i uppdrag att utföra uppgifter där ansvaret ytterst vilar på det offentliga. Svenska Röda Korset kan också utföra andra uppgifter eller bedriva verksamheter i samverkan med myndigheter, inom ramen för organisationens humanitära uppdrag, stadgar och grundprinciper.

Svenska Röda Korset bedriver en rad olika verksamheter som syftar till att främja psykisk hälsa och välmående samt förebygga ohälsa. Vi är också vårdgivare och driver sex behandlingscenter för krigsskadade och torterade samt en vårdförmedling för papperslösa och andra migranter som faller utanför det offentliga skyddsnetet. På dessa mottagningar arbetar legitimerad hälso- och sjukvårdspersonal. Verksamheten bedrivs i samverkan med offentliga myndigheter. Under 2020 fick 1 542 patienter behandling på något av våra behandlingscenter medan 486 patienter fick hjälp av vår vårdförmedling. Dessutom ges omfattande stöd till anhöriga. Andra hälsofrämjande verksamheter drivs av Svenska Röda Korsets drygt 600 lokalföreningar – rödakorskretsar – och utförs av frivilliga rödakorsare. Exempelvis arbetar cirka 1 400 volontärer med att på över 60 sjukhus runt om i landet stötta och hjälpa patienter och andra sjukhusbesökare. Svenska Röda Korsets frivilliga gör besök hos äldre och ensamma i hemmet samt på äldreboenden. Frivilliga medföljare hjälper, personer som behöver, till apotek eller besök i sjukvården. 1000 personer intagna på häkten eller anstalter fick, trots covid-19-restriktioner, psykosocialt stöd av volontärer från Röda Korset under 2020. Våra mötesplatser är öppna för alla, här kan människor hjälpas in i sammanhang som motverkar isolering och ensamhet. Verksamheter utvecklas lokalt utifrån de behov som identifieras och bidrar till att ge stöd, skapa sammanhang, motverka isolering och förebygga psykisk ohälsa.

Som en direkt följd av den pågående coronapandemin har Svenska Röda Korset anpassat och utvecklat verksamheterna. Delar av de möten mellan människor som tidigare skedde fysiskt genomförs nu digitalt, exempelvis vissa vårdmöten. Svenska Röda Korset har också drivit en nationell stödtelefon i samband med pandemin dit vem som helst kan ringa för att få stöd, råd och information, med syftet att motverka oro och isolering men också att ge hopp. För att bidra till att förebygga psykisk ohälsa har vi utvecklat en särskild webbplats – en webbhubb – med råd och stöd kring psykisk (o)hälsa kopplat till pandemin som under året har haft 110.000 unika besök och genererat 1,5 miljoner visningar i sociala media.<sup>1</sup>

Svenska Röda Korset är också en drivande kraft i utvecklingen av Internationella rödakors- och rödahalvmånerörelsens arbete med psykisk hälsa. I december 2019 antogs en global policy om psykisk hälsa<sup>2</sup> samt en resolution om psykiska och psykosociala behov hos personer som drabbas av väpnade konflikter, naturkatastrofer eller andra kriser<sup>3</sup>. Resolutionen som utgör en gemensam agenda och handlingsplan för rödakors- och rödahalvmånerörelsen och staterna bekräftar vikten av utökade insatser för psykisk hälsa i samband med kriser. Pandemin har tydligt visat hur relevant den aktuella resolutionen är.

---

<sup>1</sup> <https://www.rodakorset.se/fa-hjalp/psykisk-halsa-och-psykisk-ohalsa/>

<sup>2</sup> [https://pscentre.org/wp-content/uploads/2021/02/Movement\\_MHPSS\\_Policy\\_Eng\\_single.pdf](https://pscentre.org/wp-content/uploads/2021/02/Movement_MHPSS_Policy_Eng_single.pdf)

<sup>3</sup> [https://rcrconference.org/app/uploads/2019/12/33IC-R2-MHPSS-CLEAN\\_ADOPTED\\_en.pdf](https://rcrconference.org/app/uploads/2019/12/33IC-R2-MHPSS-CLEAN_ADOPTED_en.pdf)

## ***Svenska Röda Korsets synpunkter***

### ***Generella synpunkter***

Svenska Röda Korset välkomnar strategin för främjande av psykisk hälsa och välmående samt förebyggande av psykisk ohälsa. Vi uppskattar att strategin har utvecklats genom en bred dialog med olika samhällsaktörer och vill understryka vikten av att de olika aktörerna också engageras i genomförandet. För att framgångsrikt främja psykisk hälsa och förebygga psykisk ohälsa krävs insatser av en rad olika aktörer i olika sektorer samt aktiv samverkan dem emellan. Vi välkomnar därför att strategin betonar att etablerade samverkansformer med kommuner, idéburen sektor och näringsliv ska användas och nya former utvecklas. Då samverkan mellan olika aktörer och deras enskilda insatser är så betydelsefulla för att uppnå strategins mål anser vi att det i strategin ska förtydligas att Region Stockholm ska skapa goda förutsättningar för fler samhällsaktörer att bidra till strategins genomförande.

### ***Trygghet, säkerhet och respekt för mänskliga rättigheter – en grundförutsättning för psykisk hälsa***

Röda Korsets globala erfarenheter visar att säkerhet, trygghet, skydd från våld och hot, och respekt för mänskliga rättigheter är grundläggande för att främja psykisk hälsa och välbefinnande samt förebygga psykisk ohälsa. Det är avgörande för att utveckla och bibehålla de psykologiska och sociala förmågor som bidrar till psykisk hälsa, psykiskt välbefinnande och resiliens, både individuellt, i grupper och närsamhällen och på befolkningsnivå. Vi menar att det handlar om så centrala grundbultar för psykisk hälsa att de tydligt bör omnämnas i strategin som en ”grundförutsättning” samt i den modell som beskriver sambanden (bild 4). Trygghet, social tillit och respekt för de mänskliga rättigheterna är även avgörande byggstenar i en hälsofrämjande miljö. Samtidigt ser vi att god psykisk hälsa och välbefinnande bidrar till att främja trygghet, säkerhet och respekt för de mänskliga rättigheterna. Det finns alltså en ömsesidighet och ett samband, med den psykiska hälsan som en central faktor.

### *Personer som löper särskild risk för utsatthet*

Svenska Röda Korset saknar en analys över effekterna för personer och grupper som är särskilt sårbara och därför löper större risk att drabbas av psykisk ohälsa. Det handlar om grupper och personer som ofta är marginaliserade och diskriminerade, till exempel personer som riskerar att falla utanför samhällets ordinarie skyddsnet som papperslösa och asylsökande. I våra hälsofrämjande och sociala verksamheter ser vi att personer som i det dagliga livet är beroende av andra löper högre risk för utsatthet och ökad psykisk ohälsa. Det gäller bland annat personer som är frihetsberövade, personer på särskilda boenden, vissa äldre personer, personer med psykisk och fysisk sjukdom samt ett ökande antal barn och unga. Vi vill också särskilt peka på behoven hos personer som utsatts för tortyr och liknande övergrepp som många gånger efter genomförd behandling kan återfå god funktion och hälsa. Svenska Röda Korset anser att *icke-diskrimineringsprincipen uttryckligen ska vägleda alla insatser som genomförs i enlighet med strategin*. Särskilda insatser och strategiska satsningar kan därför krävas för att förhindra att grupper eller personer exkluderas på grund av sin sårbarhet, psykiska eller fysiska hälsa, rättsliga ställning med mera.

### *Kriser och psykisk hälsa*

I samband med kriser ökar den psykiska ohälsan markant hos den drabbade befolkningen. I de allra flesta fall handlar det om normala reaktioner på en svår situation som de flesta klarar med stöd från sina nätverk och naturliga sammanhang. Men även psykiska sjukdomar ökar till följd av katastrofer och kriser samtidigt som de strukturer som normalt kan ge stöd och vård försvagas. Nationella och internationella studier samt våra egna erfarenheter, även från covid-19-pandemin, visar på ökad förekomst av stress, oro, sömnsvårigheter, ångest och depression. Hur pandemins mer långsiktiga effekter på den psykiska hälsan blir återstår att se. Kriser fördjupar sårbarheten hos personer och grupper som redan löper större risk för utsatthet och diskriminering. Dessa viktiga perspektiv saknas i förslaget till strategi. Svenska Röda Korset anser att strategin bör bekräfta att psykiska ohälsa ökar markant i samband med kriser och att regionen bör ha en särskild beredskap för

ökade behov. Det gäller såväl främjande som förebyggande insatser. Vidare vill vi, i enlighet med ovan nämnda resolution, betona vikten av att insatser för psykisk hälsa genomförs så tidigt som möjligt också under kriser samt att psykisk hälsa inkluderas som en komponent i regionens krishanteringssystem. Det gäller även strukturer för uppföljning och stöd i återanpassning efter större samhällskriser. Vi vet att god psykisk hälsa gör människor mer resilienta och bidrar till att de klarar kriser bättre.

#### *Integrera psykisk hälsa i all relevant verksamhet*

Svenska Röda Korset rekommenderar att insatser för främjande av psykisk hälsa och förebyggande av psykisk ohälsa integreras i all relevant verksamhet som bedrivs av regionen. Detta kräver kunskapshöjande åtgärder på alla nivåer, inklusive den ledande och styrande nivån. Detta bör utgöra en del av strategin.

#### ***Rekommenderade tillvägagångssätt 7.1.***

Avsnittet som innehåller konkreta förslag om åtgärder, utgör kärnan i strategins genomförande, är i dess nuvarande form alltför vagt formulerat. Vi föreslår att de rekommenderade tillvägagångssätten förtydligas ytterligare i texten till exempel genom att formulera handlingsinriktade punkter istället för löpande text. Där det finns ett tydligt ansvar hos en nämnd eller bolag bör kravet på genomförande och återrapportering skärpas ytterligare. Överlag skulle avsnittet bli bättre med skarpare formuleringar som verkligen leder till att de rekommenderade insatserna genomförs. En formulering som ”Alla arbetsgivare i regionen bör verka för att skapa förutsättningar för hälsofrämjande arbetsplatser som stärker välbefinnande och mänsklig utveckling.” skulle kunna uttryckas ”Regionens nämnder och bolag ska verka för att alla arbetsgivare skapar förutsättningar för hälsofrämjande arbetsplatser som stärker välbefinnande och mänsklig utveckling”.

Svenska Röda Korset vill understryka vikten av att kunskapshöjande insatser genomförs *systematiskt* på samtliga nivåer, från individ till samhällsnivå, och att regionens nämnder och bolag har ett särskilt ansvar för att säkerställa relevant kunskap inom sina ansvarsområden. Detta bör förtydligas i strategin.

Kunskapsökningen bör omfatta stigma och den exkludering som fortfarande drabbar personer som lever med psykisk ohälsa.

Strategin bör också uppmuntra särskilt stöd till kunskapshöjande insatser av samhällets olika aktörer och samverkan mellan det offentliga och exempelvis civilsamhället och icke-vinstdrivande, idéburna organisationer.

### ***8. Implementering och uppföljning***

Svenska Röda Korset förordar en tydligare mekanism för implementering och uppföljning än den som föreslås i avsnitt 8. Mätbara indikatorer som bidrar till att visa i vilken grad genomförandet av strategin varit framgångsrik bör tas fram. Detta skulle också hjälpa alla regionens nämnder och bolag att rapportera och vidta nödvändiga åtgärder för att lyckas med genomförandet.

SVENSKA RÖDA KORSET

Ulrika Wickman  
Avdelningschef, Hälsa och vård  
Svenska Röda Korset