



Folkhälsomyndigheten

# Utredning om behovet av en nationell stödlinje

Svensk Socialpolitisk Förening den 19 maj 2021

Karin Liljeberg-Trotzig, utredare  
Folkhälsomyndigheten



# Nationell stödlinje – Vilka behov finns?



- Uppdrag att analysera behovet av en **nationell stödlinje till personer med psykisk ohälsa och suicidalitet** samt till anhöriga och närstående.
- Bakgrund: nedläggning av Nationella hjälplinjen, pågående pandemi.
- Redovisades till regeringen den 30 januari 2021.

## Ingick att redogöra för:

- Allmänhetens behov
- Roll/funktion i förhållande till befintliga verksamhet
- Roll/funktion i förhållande till myndighetens övriga uppdrag
- Förslag på hur en ev. stödlinje kan organiseras samt definiera dess verksamhet.

1

## Kartläggning



### Dokument- och hemsidanalyser

- Rapporter och studier
- Verksamhetsberättelser
- Hemsidor (290 kommuner, 21 regioner, 32 civilsamhällesorganisationer)

### Enkät



- Regionala suicidpreventionssamordnare
- Patient- brukar och intresseorganisationer
- Civilsamhällets stödlinjer
- Nationella minoriteter

### Semistrukturerade intervjuer



- Patient- brukar och intresseorganisationer
- Civilsamhällets stödlinjer
- Offentliga stödlinjer
- Regionrepresentanter
- Experter inom psykisk hälsa

### Målgruppsanalys

Cirka 90 personer 70 organisationer

2

## Bearbetning av resultaten i kartläggningen

3

## Samrådsworkshop

- Workshop kring preliminära resultat
- För- och nackdelar med olika alternativ



Cirka 40 personer 28 organisationer

4

## Omvärldsanalys

- Dialoger med SKR, Socialstyrelsen, Inera, pågående statliga utredningar.
- Litteraturoversikt (icke-systematisk)
- Genomgång av rapporter, utvärderingar, statistik mm.
- Lärdomar från stödlinjer inom andra områden.

# Avgränsningar och definitioner

- **Stödlinjer för vuxna**
- ***Stödlinje:*** ingångar för samtalsstöd exempelvis via telefon och chatt med en människa i andra änden redo att ge stöd eller hänvisa till stöd.
- ***Medmänskligt samtalsstöd vid psykisk ohälsa:*** ges i första hand av volontärer eller egenerfarna.
- ***Professionellt samtalsstöd vid psykisk ohälsa:*** ges av personer med relevant professionell utbildning och erfarenhet av att ha arbetat med stöd och behandling för psykisk ohälsa (inklusive suicidalitet). Är inte att betrakta som vård och behandling men kan finnas som ett komplement till ordinarie vårdinsatser.

# Resultat av kartläggning

- Civilsamhällets stödlinjer ej kapacitet att besvara alla samtal (av 730 000 kontaktförsök så besvarades 230 000 2020)
- Viss noterad ökning av samtal avseende psykisk ohälsa till 1177 och 112 under 2020.
- Förstärkt utbud av professionellt stöd vid psykisk ohälsa efterfrågas.
  - Ingen stödlinje erbjuder professionellt stöd till en bred målgrupp av vuxna.
  - Stöd bör erbjudas anonymt och som ett komplement till hälso- och sjukvård och befintliga stödlinjer.
  - Stödet bör riktas brett till personer med psykisk ohälsa.

## En stödlinje behöver erbjuda följande:

- Sänka tröskeln till hjälp
- "Bara prata"
- Hjälp att sortera behov (inkl. vårdbehov)
- Förstå vad jag kan göra själv (egenvård)
- Förstå hur jag kan stötta andra
- Krisstöd vid akut händelse





# Utredningens slutsatser

Det finns **luckor i tillgänglighet**, behov av att **sänka tröskeln** till stöd, samt utöka kapacitet för att möta behov.

Det finns behov av en nationell aktör som erbjuder **professionellt (och anonymt) samtalsstöd** via telefon, chatt och andra digitala kanaler, som **komplement till civilsamhällets utbud** av medmänskligt stöd.

Samtalsstödet bör ges ett tydligt **hälsofrämjande och förebyggande** uppdrag, och fungera som ett komplement till hälso- och sjukvården.

**Samordning av befintligt stöd**

**Kvalitetssäkring och kunskapsutveckling** på området.

**Fokus psykisk hälsa** kan fungera som en ingång.



## Fokus psykisk hälsa

– kunskap, tips och stöd



Folkhälsomyndigheten

Vad är psykisk hälsa?

Vad påverkar den psykiska hälsan?

Tips för att må bättre

Om du mår dåligt

Att stötta någon annan

[Fokus Psykisk hälsa](#) → Om du mår dåligt

Uppdaterad 21 december 2020

## Om du mår psykiskt dåligt

**Alla mår dåligt ibland, och det är en naturlig del av livet. Oftast går den känslan över men ibland kan du behöva stöd eller hjälp för att må bättre.**

### Livet går upp och ner

Den psykiska hälsan påverkas av livssituationen men även av erfarenheter och upplevelser tidigare i livet. Alla har dåliga dagar och ibland beror det på att man möter svårigheter eller på att livet helt enkelt är jobbigt just vid det tillfället. De allra flesta kommer någon gång under sitt liv i kontakt med någon form av psykisk ohälsa, antingen själva eller genom någon de känner.

Perioder när man mår dåligt beror inte alltid på psykisk ohälsa som man behöver söka hjälp för. Ofta mår man bättre efter ett tag. Många klarar sig med hjälp och stöd från personer i sin omgivning eller kan själv göra saker för att må bättre. Det kan exempelvis hjälpa att sova ordentligt, äta bra och röra på sig.

### Om det är akut

Ring genast 112 eller kontakta en psykiatrisk akutmottagning om du mår väldigt dåligt eller funderar på att ta ditt liv.



Folkhälsomyndigheten



# Utredningens förslag:

- **utse lämplig aktör**, som i samarbete med Folkhälsomyndigheten, ska **bygga upp en verksamhet som erbjuder professionellt samtalsstöd** via chatt, telefon och andra digitala kanaler
- Ska ske i **samverkan med regioner, 1177 och SKR för** att säkerställa en smidig övergång till hälso- och sjukvårdsinsatser när sådana behov finns.
- Den aktör som utses ska även **erbjuda en plattform för dialog och erfarenhetsutbyte med övriga stödlinjer.**
- I uppdraget till Fohm föreslås även **utveckling av ett lättnavigerat verktyg** för att hitta rätt i det samlade utbudet av stödlinjer.

Nå t ex via  
webbplatsen  
Fokus  
psykisk hälsa



# Nytt uppdrag

- Mottogs maj 2021
- Uppdrag att **ta fram ett förslag** angående en nationell stödlinje, med utgångspunkt i huvudsak från Folkhälsomyndighetens återrapportering av tidigare regeringsuppdrag.
- Det innebär att:
  - beskriva lämpliga driftsformer och organisation, samt
  - beskriva och planera för hur och när en nationell stödlinje kan startas.
- 31 januari 2022

Dialog och samråd med: Socialstyrelsen, Sveriges Kommuner och Regioner (SKR), regioner och kommuner, patient-, brukar- och anhörigorganisationer, det civila samhället samt med representanter för de nationella minoriteterna, Inera AB, 1177 Vårdguiden, Nationellt kompetenscentrum anhöriga, Uppsala universitet (Nationellt centrum för kvinnofrid) och Karolinska Universitetssjukhuset (ANOVA).





Folkhälsomyndigheten

**Tack!**

