

Psykisk hälsa

Nationella strategin för psykisk hälsa och suicidprevention

Karin Schulz, nationell samordnare, Regeringskansliet

Länsgemensamt arbete

Sofia Ludvigsson, utvecklingsledare Kommunförbundet i Kalmar län

Maria Minich Karlsson, utvecklingsledare Region Kalmar län



Länsgemensam ledning i samverkan

Inom socialtjänst och angränsande område hälso- och sjukvård samt skolan i Kalmar län

Psykisk hälsa och suicid – Det handlar om livet

Presidiekonferens i Kalmar län 7 november 2025

Nationell samordnare för ett samlat suicidpreventivt arbete

Karin Schulz

Regeringens nationella samordnare för ett samlat suicidpreventivt arbete

Uppdrag:

Engagera och mobilisera aktörer på olika samhällsnivåer

Sprida kunskap om verkningsfulla insatser och effektiva arbetssätt

Informera om regeringens och myndigheters insatser

Bidra till policyutveckling och till att skapa förutsättningar för genomförandet av den nya strategin



Vad kommer jag att prata om idag?

- Hur har området psykisk hälsa och suicid förändrats?
- Vad kostar psykisk ohälsa och suicid?
- Regeringens satsningar och ny nationell strategi för psykisk hälsa och suicid
- Vuxna mitt i livet och strategin
- Hur hänger allt ihop?
- Vi behöver tänka om

Hur har området psykisk hälsa och suicidprevention förändrats?

1.

Omvärldsläget

2.

Kunskap

3.

Definitioner

4.

Fler målgrupper

5.

Nya aktörer

6.

Systemperspektiv



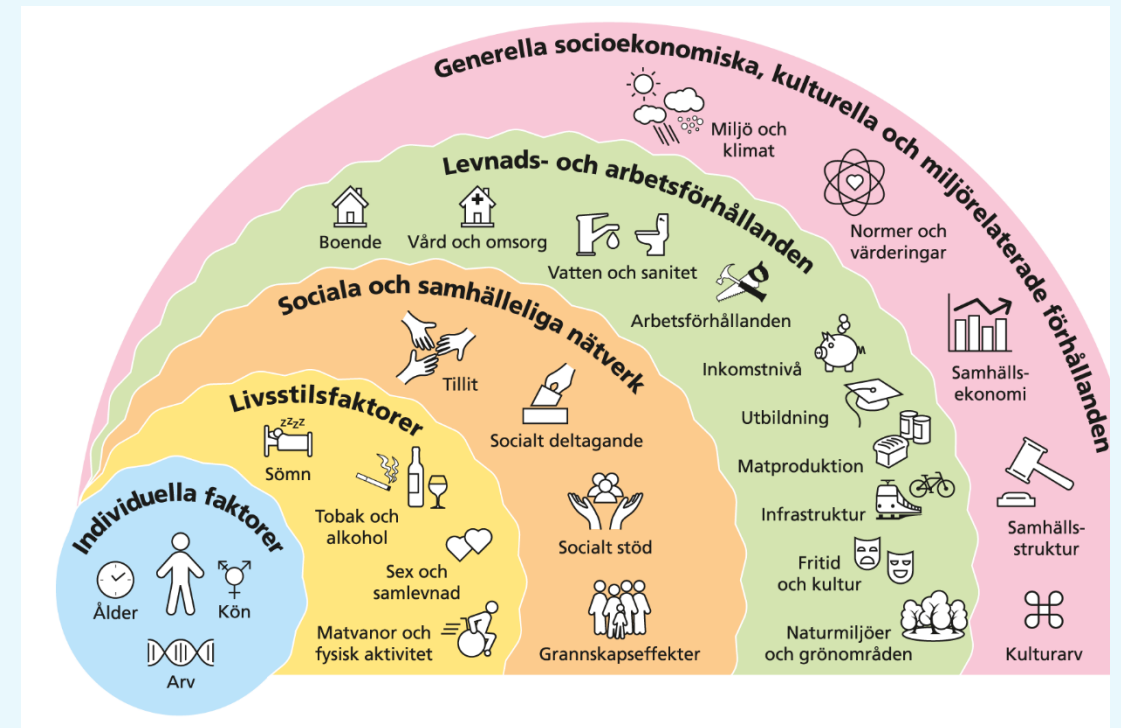
Nya definitioner

- Psykiskt välbefinnande
- Psykisk ohälsa
- Psykiska besvär
- Psykiatriska tillstånd

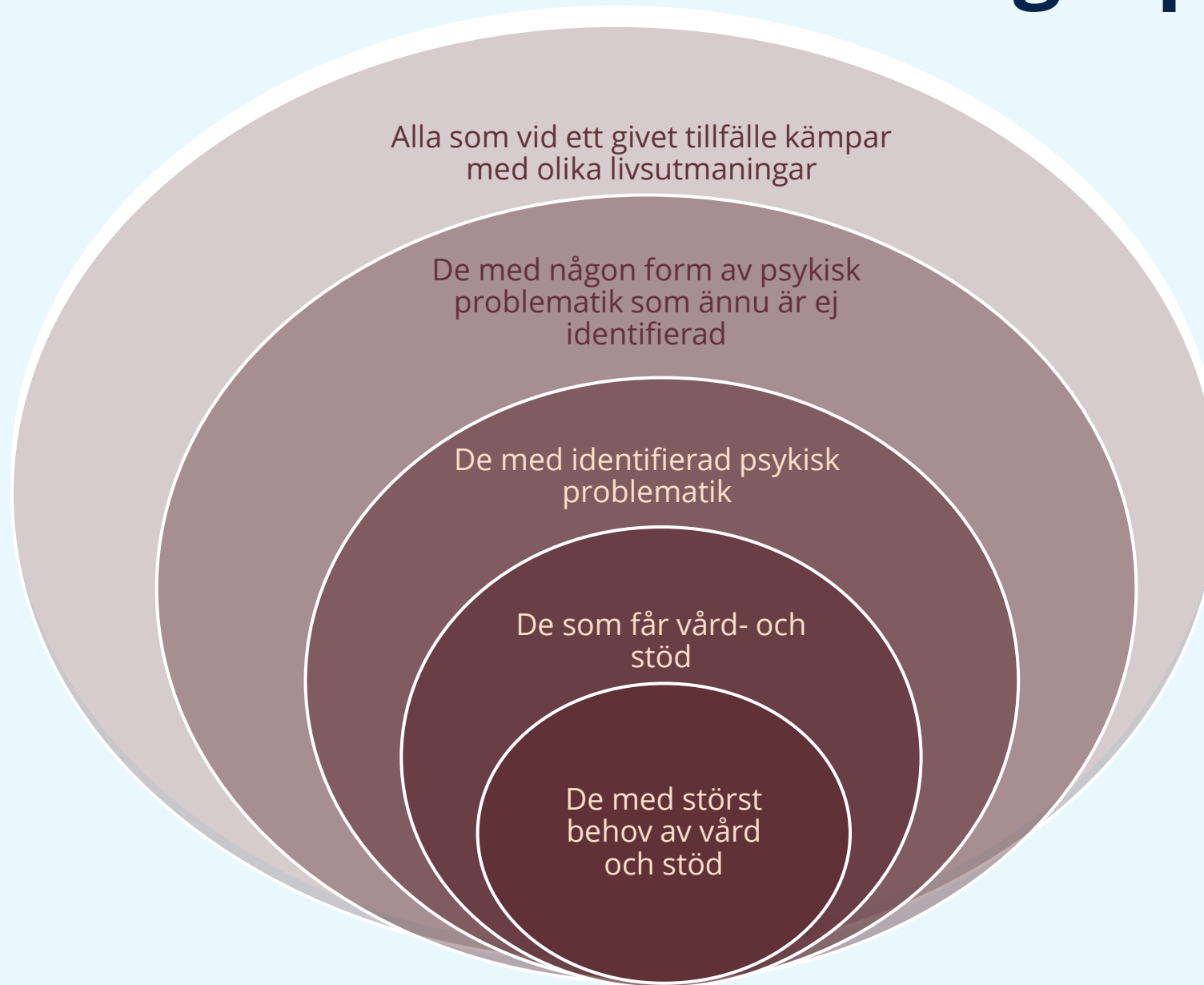


Hälsans bestämningssfaktorer

- Risk och friskfaktorer som påverkar psykisk hälsa och suicidrisk



Hela samhället är en målgrupp



Vad kostar psykisk ohälsa?

Exemplet Amanda



- Amanda 20 år, som lider av ångest, depressioner och mobbning
- Vad kostar hennes psykiska ohälsa i form av lidande?
- Vad kostar hennes psykiska ohälsa samhället?

Vad kostar psykisk ohälsa och suicid?

– Amanda, ett exempel

Amanda kommer från en familj med mamma, pappa och två yngre syskon, en bror och en syster. En tämligen vanlig familj utan trauma, destruktivitet eller historia av psykisk ohälsa. Under uppväxten brottas Amanda med sitt mående i form av depressioner, ångest, nedstämdhet, mobbning i skolan. Allt detta gör att hon har svårigheter att fullfölja skolan på ett bra vis.

Vi följer henne från 20 års ålder och tio år framåt då hon brottas med sin psykiska hälsa som accelererar år efter år. Hon blir allt sämre och vid 30 års ålder tar hon hon sitt liv.

Över en 10 års period blir kostnaden för samhället, för Amandas psykiska ohälsa, **drygt 5,7 miljoner kronor.**

- Produktionsförluster **drygt 2,7 miljoner kronor.**
- Kostnad för kommunen **nästan 1,5 miljoner kronor.**
- Kostnad för regionen **nästan 775 000 kronor.**

...men, Amandas mående har också stark inverkan på resten av familjen, mamman

Amandas mamman har tagit stort ansvar för att finns på plats för Amanda och stötta henne, särskilt under perioder med Amandas ohälsa, vilket har påverkat mammans psykiska hälsa och arbetsförmåga starkt negativt.

Amandas mamma drabbas av nedstämdhet som i samband med att Amandas ohälsa förvärras övergår i en depression som medicineras med antidepressiv medicin. I perioder om några veckor och ibland några månader, är hon sjukskriven från sitt arbete. Perioderna med sjukskrivning blir fler och längre och hon blir till föremål för ett flertal utredningar på Försäkringskassan.

Amanda upplever sin situation som så svår att hon upplever att den enda utvägen är att ta sitt liv.

När Amanda har tagit sitt liv fortsätter mammans psykiska problem i form av en komplicerad sorgprocess under en tioårsperiod för att därefter avklinga.

Över en 20 års period blir kostnaden för samhället, för mammans situation, **ca 2,7 miljoner kronor.**

- Produktionsförluster **drygt 1,4 miljoner kronor.**
- Kostnad för kommunen **ca 850 000 kronor.**
- Kostnad för regionen **ca 250 000 kronor.**

...men, Amandas mående har också stark inverkan på resten av familjen, pappan

Även de övriga familjemedlemmarna påverkas starkt av Amandas sjukdom.

Pappan går under perioder av Amandas vuxenliv ner i arbetstid för att finnas till hands och stötta Amanda.

Samman taget kostar det samhället cirka 540 000 kronor.

...men, Amandas mående har också stark inverkan på resten av familjen, brodern

För den yngre brodern leder detta till att hans skolresultat under gymnasietiden blir avsevärt lägre än det annars skulle kunnat. Detta leder till att han i vuxenlivet kommer in på arbetsmarknaden på en lönenivå långt under vad som skulle kunnat vara möjligt.

Kostnaderna för detta uppgår till cirka 600 000 kronor.

...men, Amandas mående har också stark inverkan på resten av familjen, systemen

Den yngre systemn påverkas också på så sätt att hon i början av sitt vuxenliv drabbas av nedstämdhet, depressioner och ångest som gör att hon under ett antal år får kortare och längre perioder av sjukskrivning och arbetslöshet. En situation som efter ett tiotal år förbättras och hon kan därefter leva ett mer normalt liv.

Kostnaderna för detta uppgår till cirka 1,3 miljoner kronor.

Total samhällskostnad för en familj....

Familjemedlem	Orsak	Kostnad
Amanda	Psykisk ohälsa, suicid	5 700 000 kr
Mamma	Psykisk ohälsa, sjukskrivning, mindre arbetstid	2 700 000 kr
Pappa	Mindre arbetstid	540 000 kr
Broder	Lägre livslön	620 000 kr
Syster	Psykisk ohälsa, perioder av sjukskrivning/arbetslöshet	1 300 000 kr
Summa		10 860 000 kr

Källa: Ingvar Nilsson, i.nilsson@seeab.se

Regeringens satsningar på psykisk hälsa och suicidprevention



- En nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention och ett brett engagemang
- Nationell suicidsamordnare
- Suicidanalysutredningen.
- Nationella Hjälpplinen
- Nationellt utvecklingsteam för BUP
- Ensamhetssatsning
- Skärmtidsrekommendationer
- Förebyggande satsningar; fritidskort, rörelse, friluftsliv m.m.
- Samsjuklighetsuppdrag
- Initiativ kopplade till ADHD
- Mobilfri skola
- Sömnuppdrag
- 500 msek till primärvårdens arbete med psykisk hälsa
- 500 milj till ätstörningsvården
- BUP- miljard för att öka tillgängligheten

Det handlar om livet

Ny nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention

– en guide för hur vi
ställer om

Vision

Ett samhälle som främjar en god och jämlik psykisk hälsa i hela befolkningen och där ingen bör hamna i en så utsatt situation att den enda utvägen upplevs vara självmord.

Övergripande mål

1. En förbättrad psykisk hälsa i hela befolkningen.
2. Färre liv förlorade i suicid.
3. Minskade påverkbara skillnader i psykisk hälsa.

Delmål

1. Ökat fokus på att stärka psykiskt välbefinnande och psykisk hälsa som resurs för individ och samhälle.
2. Ökade investeringar i barn och unga för en god psykisk hälsa genom hela livet.
3. Ett inkluderande och hållbart arbetsliv som främjar psykisk hälsa.
4. Ett inkluderande samhälle med delaktiga invånare.
5. Vård och omsorg som möter patienters och brukares behov.
6. Stärkt suicidpreventivt arbete.
7. Stärkt kunskapsutveckling



Psykisk hälsa hos vuxna mitt i livet hänger ihop med alla delmål

Delmål1: Ökat fokus på att stärka psykisk hälsa som resurs för individ och samhälle

Delmål 2: Ökade investeringar i barn och unga för en god psykisk hälsa genom hela livet

Delmål 3: Ett inkluderande och hållbart arbetsliv som främjar psykisk hälsa

Delmål4: Ett inkluderande samhälle med delaktiga invånare

Delmål 5: Vård och omsorg som möter patienters och brukares behov

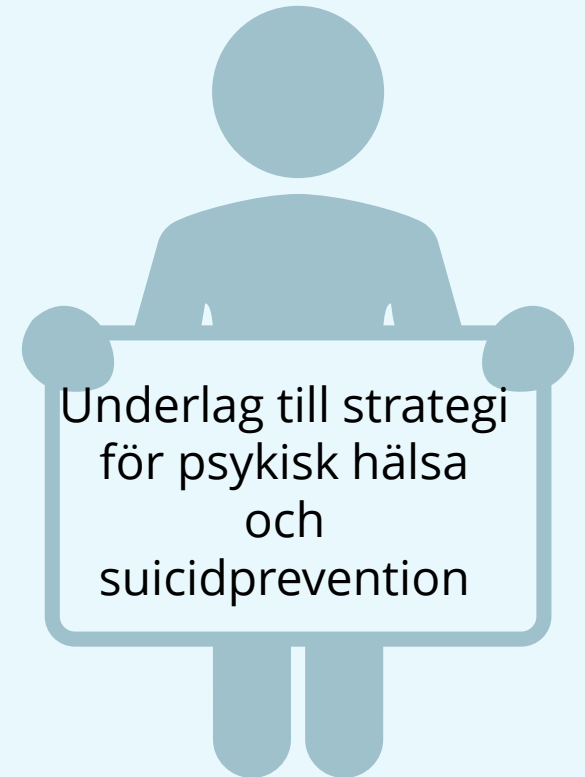
Delmål 6: Stärkt suicidpreventivt arbete

Delmål 7: Stärkt kunskapsutveckling inom området PH och SP

Psykisk hälsa hos vuxna mitt i livet

```
graph LR; D1[Delmål1: Ökat fokus på att stärka psykisk hälsa som resurs för individ och samhälle] --> C[Psykisk hälsa hos vuxna mitt i livet]; D2[Delmål 2: Ökade investeringar i barn och unga för en god psykisk hälsa genom hela livet] --> C; D3[Delmål 3: Ett inkluderande och hållbart arbetsliv som främjar psykisk hälsa] --> C; D4[Delmål4: Ett inkluderande samhälle med delaktiga invånare] --> C; D5[Delmål 5: Vård och omsorg som möter patienters och brukares behov] --> C; D6[Delmål 6: Stärkt suicidpreventivt arbete] --> C; D7[Delmål 7: Stärkt kunskapsutveckling inom området PH och SP] --> C;
```

26 myndigheter i samverkan

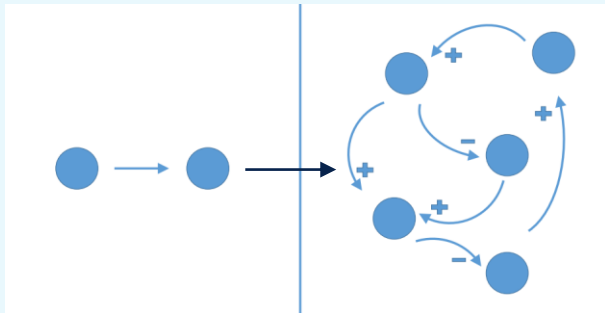


Den nya nationella strategin har kopplingar till många andra statliga styrdokument



Vi behöver ett nytt sätt att tänka, planera, investera, organisera och agera

Helhetssyn och systemtänk



Långsiktig färdriktning
och strategiskt arbete



Utvecklingsarbete som
flyttar fram positioner



Ändamålsenliga
organisationer



Tack!

Karin.schulz@regeringskansliet.se

Psykisk hälsa

Länsgemensamt arbete

Sofia Ludvigsson, utvecklingsledare Kommunförbundet i Kalmar län

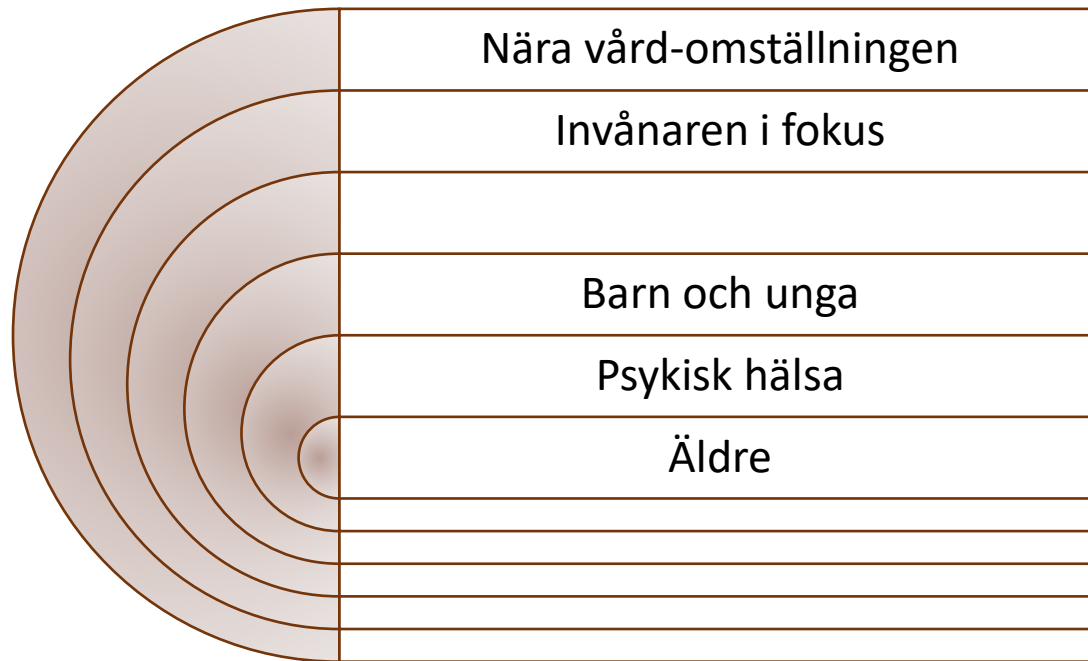
Maria Minich Karlsson, utvecklingsledare Region Kalmar län



Länsgemensam ledning i samverkan

Inom socialtjänst och angränsande område hälso- och sjukvård samt skolan i Kalmar län

Nationell strategi psykisk hälsa och suicidprevention i Kalmar län



Förhöjd risk för suicid i vårt län:

- Män
- Medelålder samt äldre
- Riskspelande
- Beroende

- **Suicidprevention**
- **Prioriterad målgrupp: samsjuklighet**

- Ca 1 000 nya personer blir årligen samsjukliga i vårt län
- Det finns ett stort mörkertal
- ADHD, ångest och depression är vanligt



Länsgemensamt arbete - idag

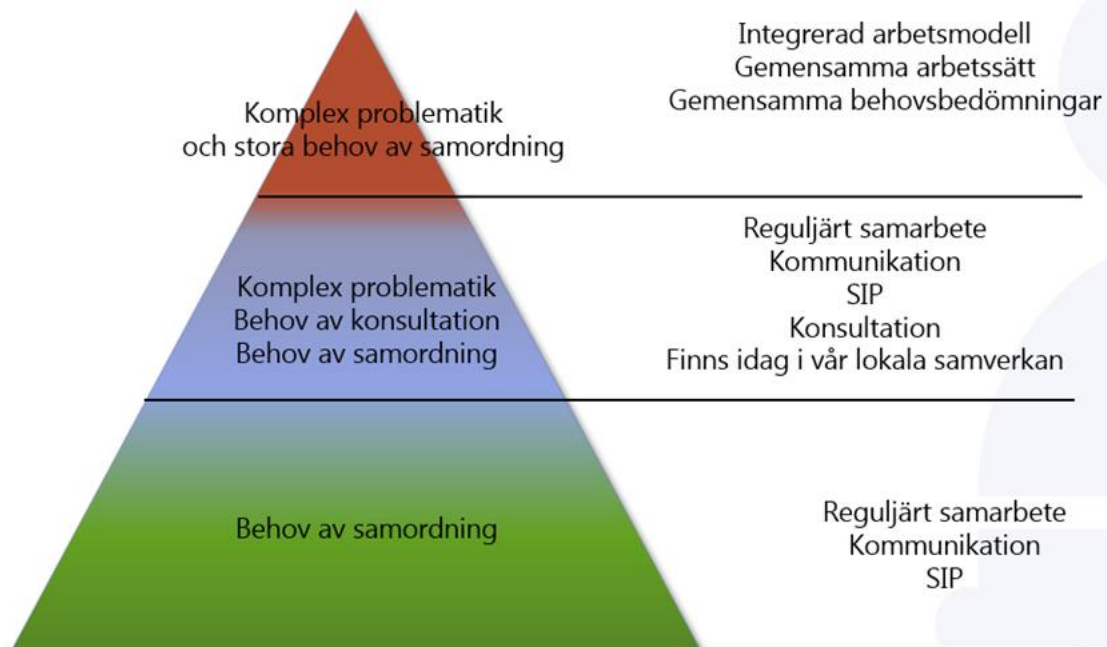
Länsgemensamt suicidpreventivt arbete i Kalmar län

- **Vårdförlopp suicidprevention** – samverkan med blåljusverksamheterna
- **Efterlevandestöd vid suicid** – samverkan med hälsocentraler och skolor
- **MHFA - Första hjälpen till psykisk hälsa** – >1000 förstahjälpare i vårt län
- **YAM - Evidensbaserat skolprogram för elever i åldern 13-17 år** – stöd i skolan kring psykisk hälsa och stärkt välbefinnande
- **Suicidpreventiv länskonferens** i Oskarshamn 10 december



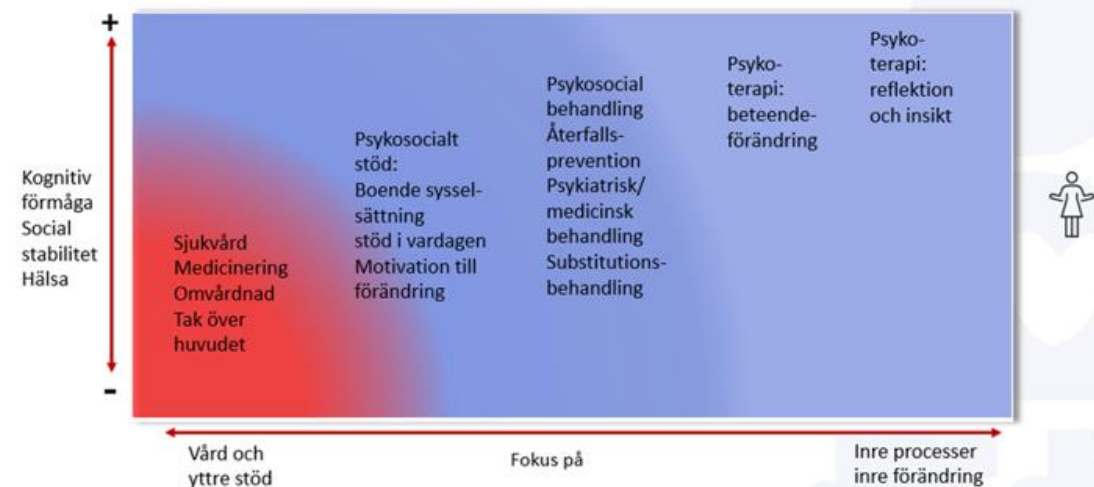
Länsgemensamt arbete - framåt

Olika former av samverkan för att möta olika behov



Samverkansmodell som erbjuder stöd, vård och behandling till personer med samsjuklighet

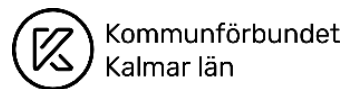
Anpassa och nå samsyn om behov och möjligheter



Bilder: Sven-Eric Alborn



Länsgemensam ledning i samverkan
Inom socialtjänst och angränsande område hälso- och sjukvård samt skolan i Kalmar län



Länsgemensam ledning i samverkan
Inom socialtjänst och angränsande område hälso- och sjukvård samt skolan i Kalmar län