



UiT Norges arktiske universitet

# Barn og unges psykiske helse

*Ungdata fagsamling i Troms, Finnsnes*

*12. juni 2024*

Sabine Kaiser

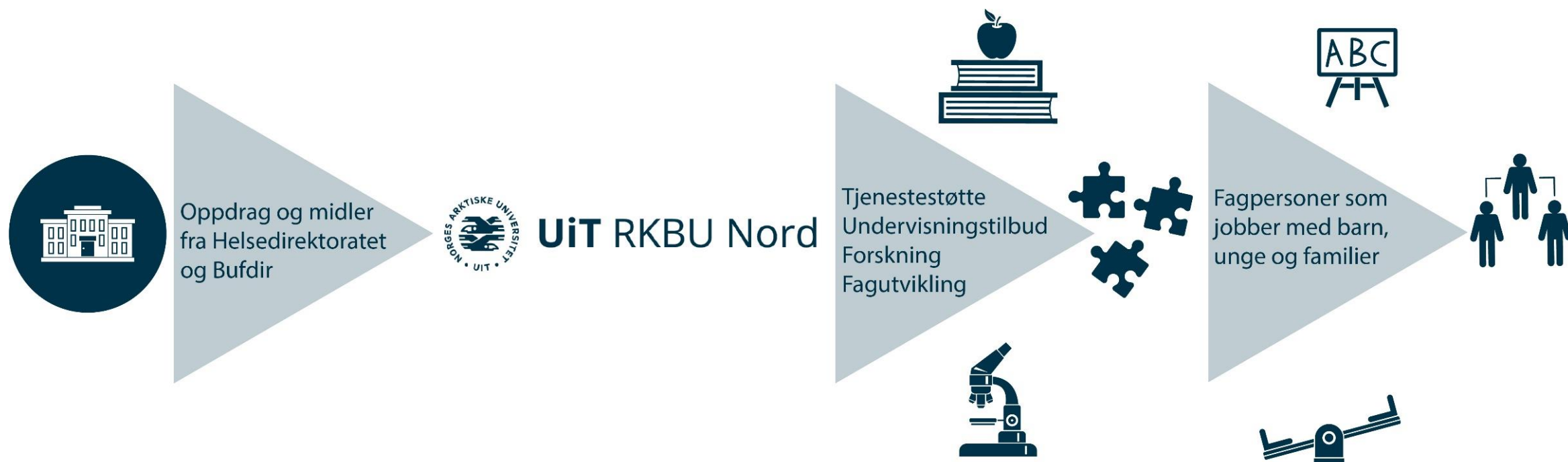
*Regionalt kunnskapssenter for barn og unge, Nord - psykisk helse og barnevern (RKBU Nord)*



# UiT RKBU Nord

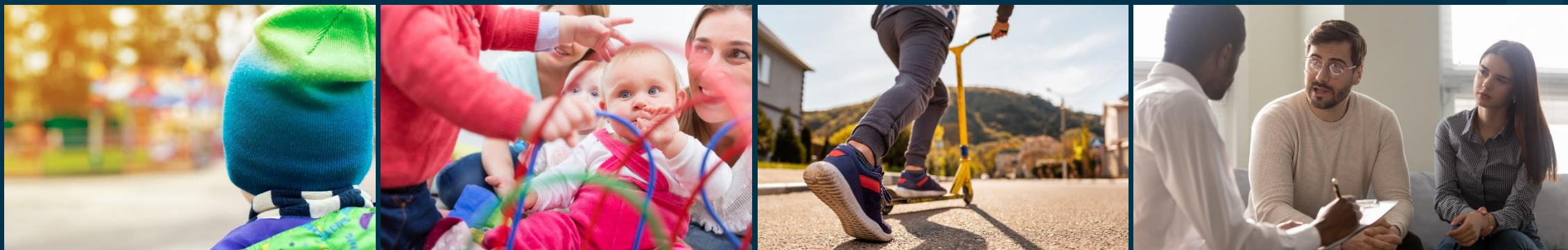
- RKBU Nord er et institutt ved Det helsevitenskapelige fakultet, UiT Norges arktiske universitet.
- Ett av fire regionale kunnskapssentre i Norge. De andre sentrene er: RKBU Midt Norge, RKBU Vest og R-BUP øst og sør.
- Dekker Nordland, Troms og Finnmark og Svalbard.

# En tjeneste for tjenestene



# Tjenestene for barn, unge og familier

- Fagpersoner som jobber med barn, unge og deres familier
- Barneverntjenesten, familievernnet, skoler, barnehager, kommunale helse- og sosialtjenester, spesialisthelsetjeneste og andre tjenester for barn, unge og deres familier.



*Illustrasjonsfoto: Mostphotos*



rkbu nord



Alle

Bilder

Nyheter

Videoer

Bøker

Fina



UiT Norges arktiske universitet

<https://uit.no/enhet/rkbu-nord>

## Regionalt kunnskapssenter for barn og unge, Nord (RKBU Nord)

Regionalt kunnskapssenter for barn og unge, Nord (RKBU Nord) ... RKBU Nord støtter fagfolk som jobber med barn, unge og deres familier gjennom...

Om oss



RKBU North



RKBU Nord



Ansatte



Regionalt kunnskapssenter for ...



Forskning



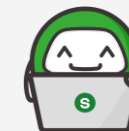


# Barn og unges psykiske helse



**slido**

Please download and install the  
Slido app on all computers you use



## Hva er psykisk helse?

① Start presenting to display the poll results on this slide.

# Hva er psykisk helse?

Verdens helseorganisasjon (WHO) definere psykisk helse som *«en tilstand av velvære der individet kan realisere sine muligheter, håndtere normale stressituasjoner i livet, arbeide på en fruktbar og produktiv måte og ha mulighet til å bidra overfor andre og i samfunnet»*.

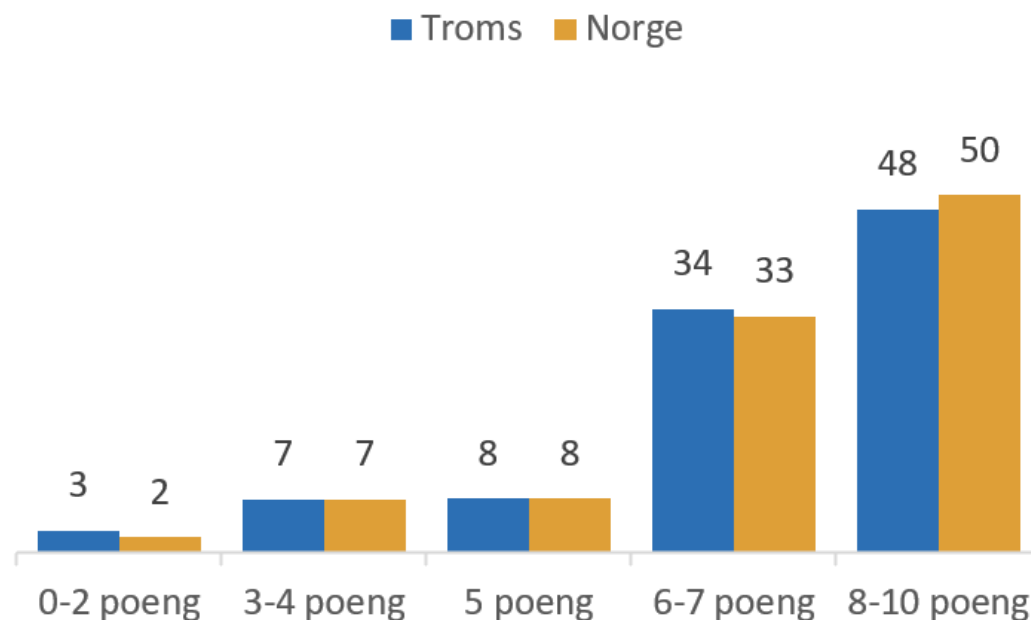




**God psykisk helse er viktig  
og handler om mer enn å  
ikke ha psykiske helseplager.**

# Livskvalitet - kan indikere hvordan de unge har det

Hvordan ungdom plasserer seg på en skala fra 0 til 10, der 0 er det verst mulige livet de kan tenke seg og 10 det best mulige livet. Prosent



## Fakta om undersøkelsen i Troms

Undersøkelsen ble gjennomført i perioden Mars 2024

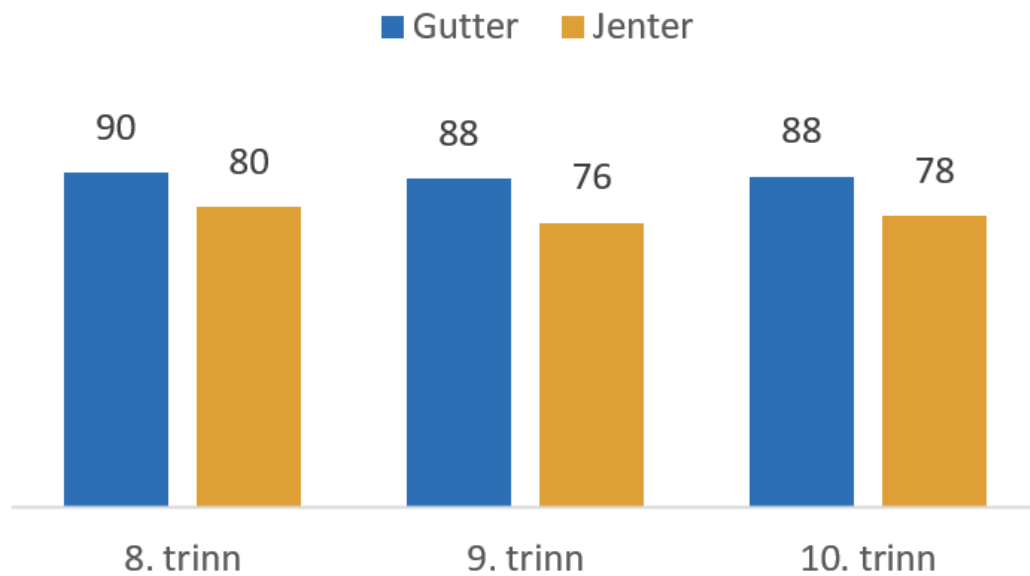
Hvem som deltok i undersøkelsen  
Elever fra 8. til 10. trinn

Antall elever som deltok  
4795

Svarprosent  
84

(Ungdata Troms, ungdomstrinnet 2024)

**Prosentandel av gutter og jenter på ulike  
klassetrinn som er tilfreds med livet sitt (seks eller  
flere poeng på skalaen fra 0-10)**



(Ungdata Troms, ungdomstrinnet 2024)

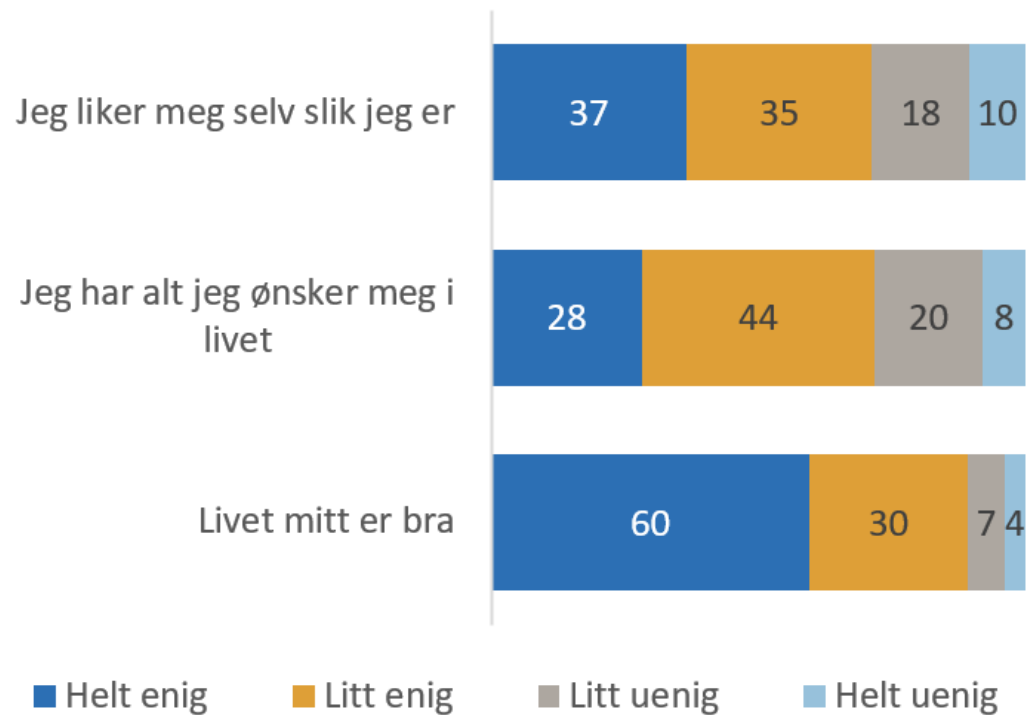
**” De fleste  
ungdommer er godt  
fornøyd med livet  
sitt**

(Ungdata Troms, ungdomstrinnet 2024)

# Hva er psykisk helse II?

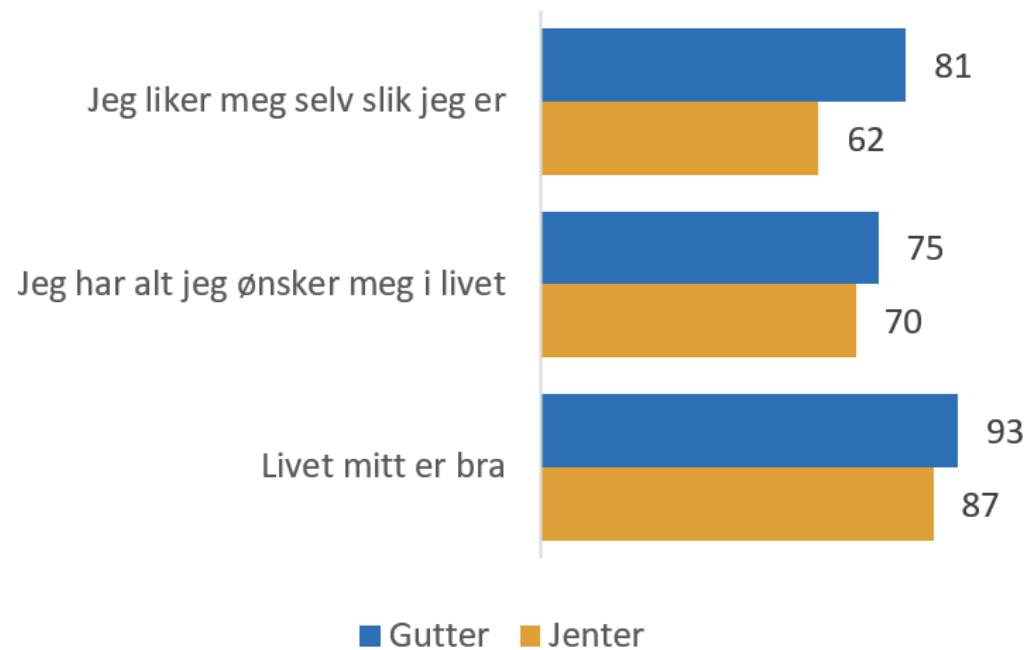
*«Psykisk helse handlar om korleis du oppfattar deg sjølv og andre, korleis du har det i kvardagen og korleis du taklar utfordringar».*

## Hvordan ungdom oppfatter seg selv og livet sitt. Prosent som er enig og uenig





### Prosentandel gutter og jenter som er enige i ulike utsagn om seg selv og livet sitt

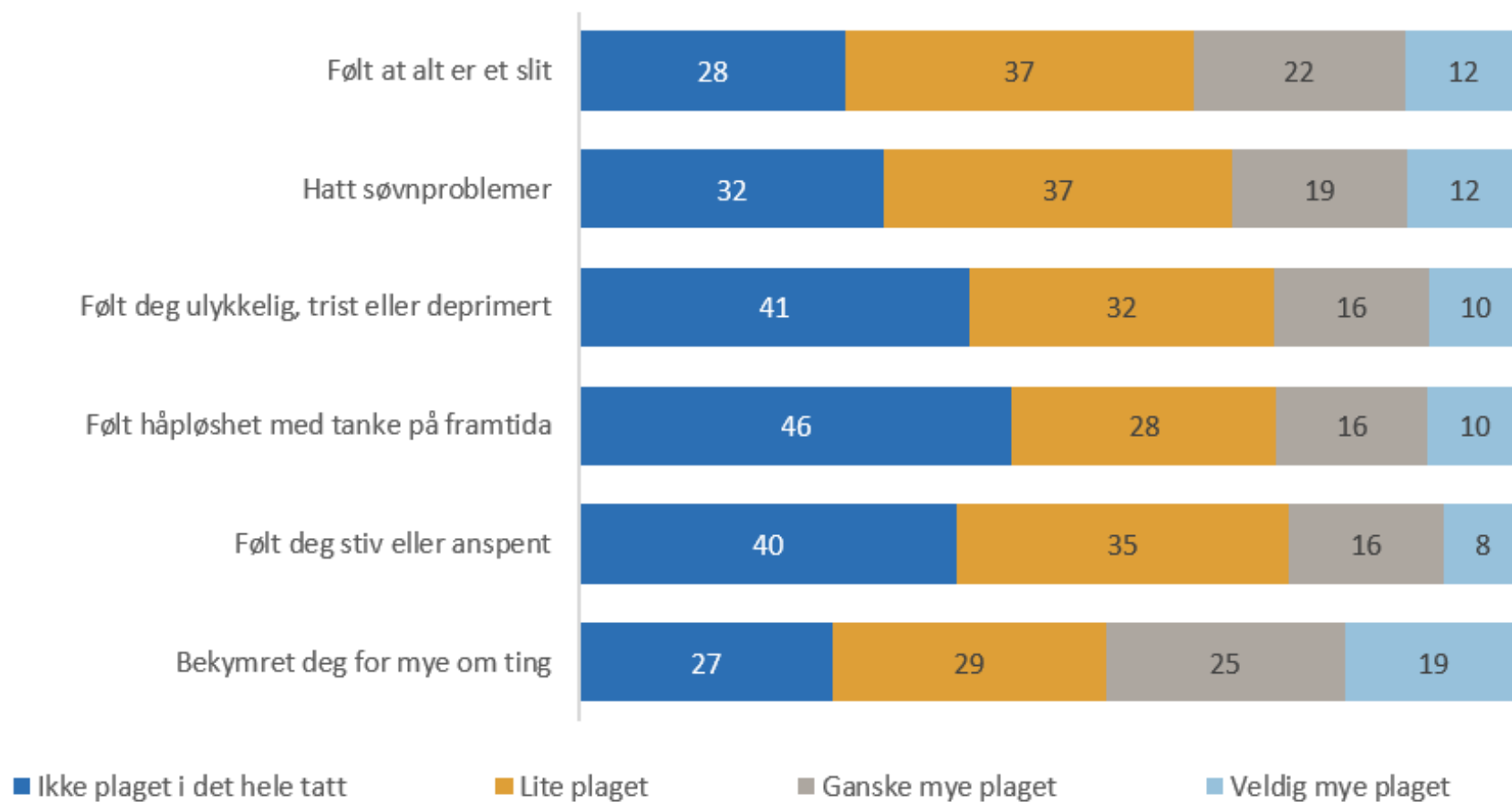


# Psykisk (u)helse hos ungdom



# Psykiske plager

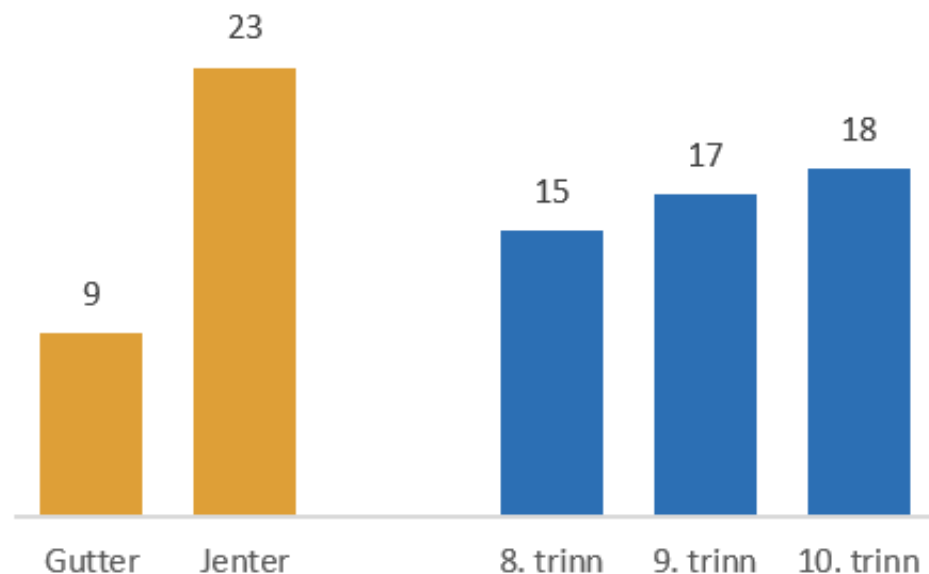
Har du i løpet av den siste uka vært plaget av noe av dette?



(Ungdata Troms, ungdomstrinnet 2024)

# Psykiske plager

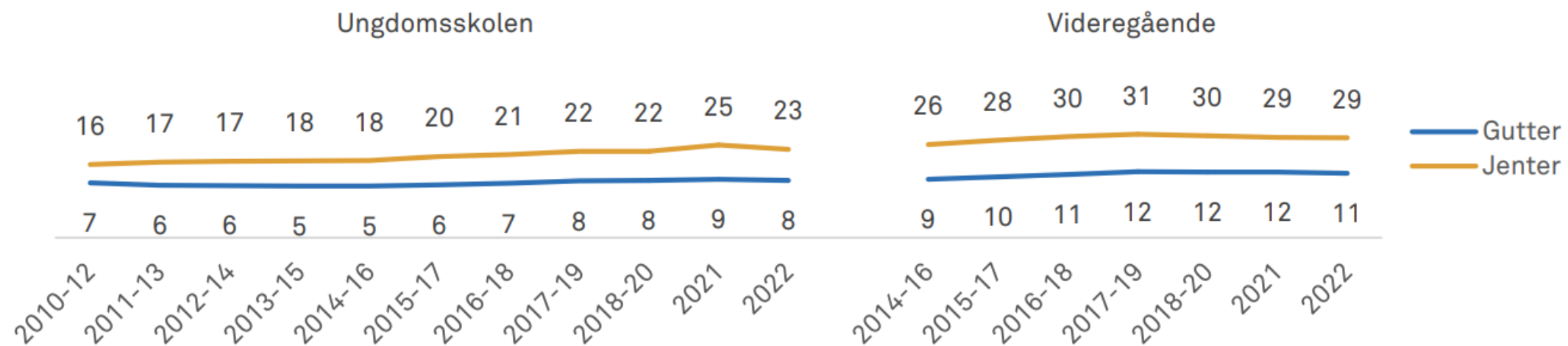
Prosentandel som har hatt mange psykiske plager de siste sju dagene. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



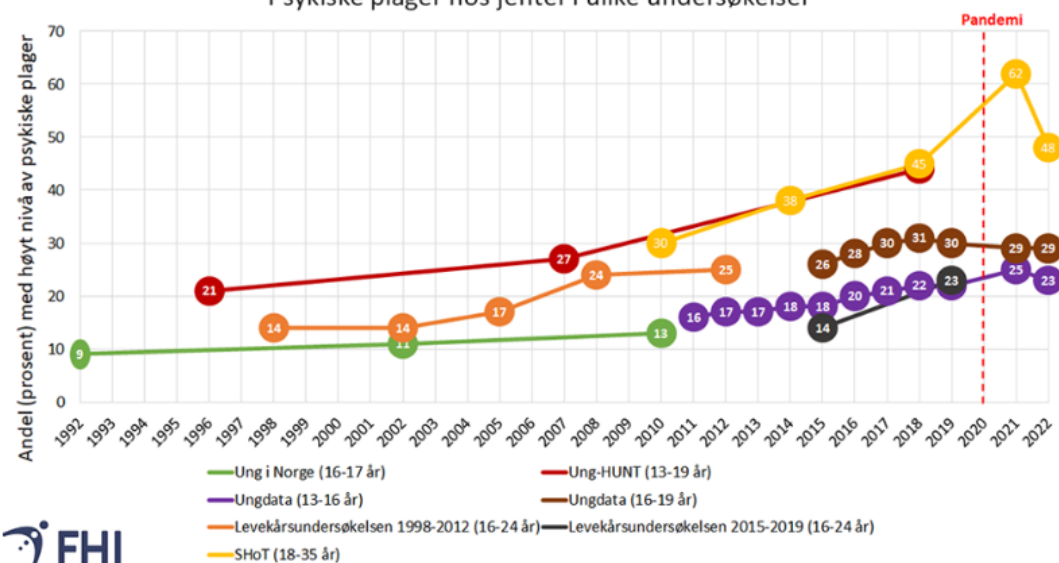
*«I denne rapporten omtaler vi det som å ha «mange psykiske plager» dersom en ungdom i gjennomsnitt har krysset av for at de – i løpet av en uke – er «ganske mye plaget» av alle de seks plagene i figuren over.*

*Det er viktig å presisere at Ungdata ikke fanger opp det som ut fra kliniske kriterier regnes som depresjon eller depressive lidelser. Mange av de plagene vi spør om i Ungdata-undersøkelsen er hverdagsplager som mange har, men som kan være utfordrende nok for mange av de som opplever dem. Særlig for de som har et vedvarende høyt nivå av slike helseplager».*

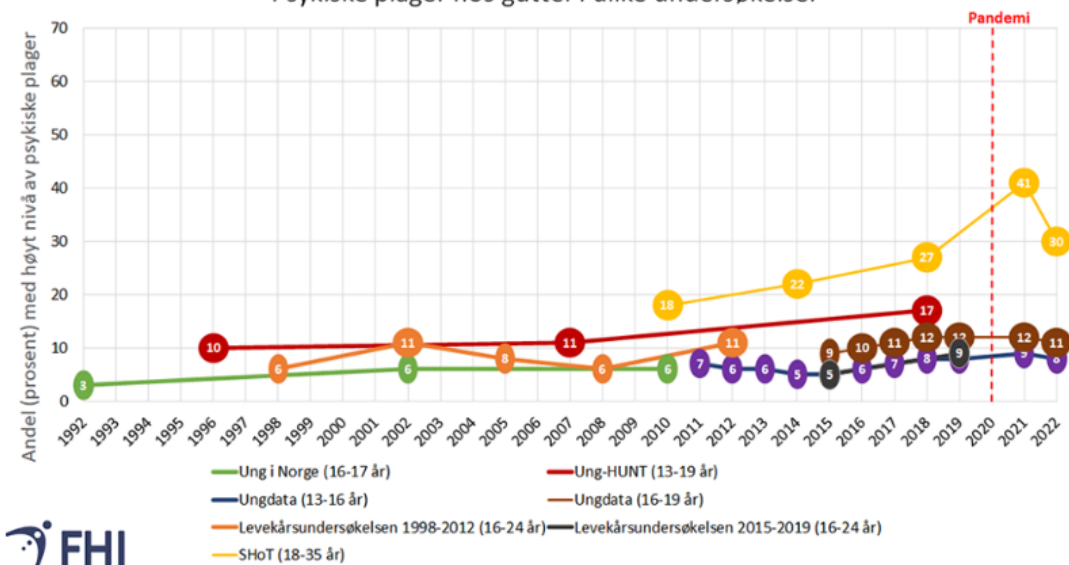
## Prosentandel som har hatt mange psykiske plager siste sju dager. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Psykiske plager hos jenter i ulike undersøkelser

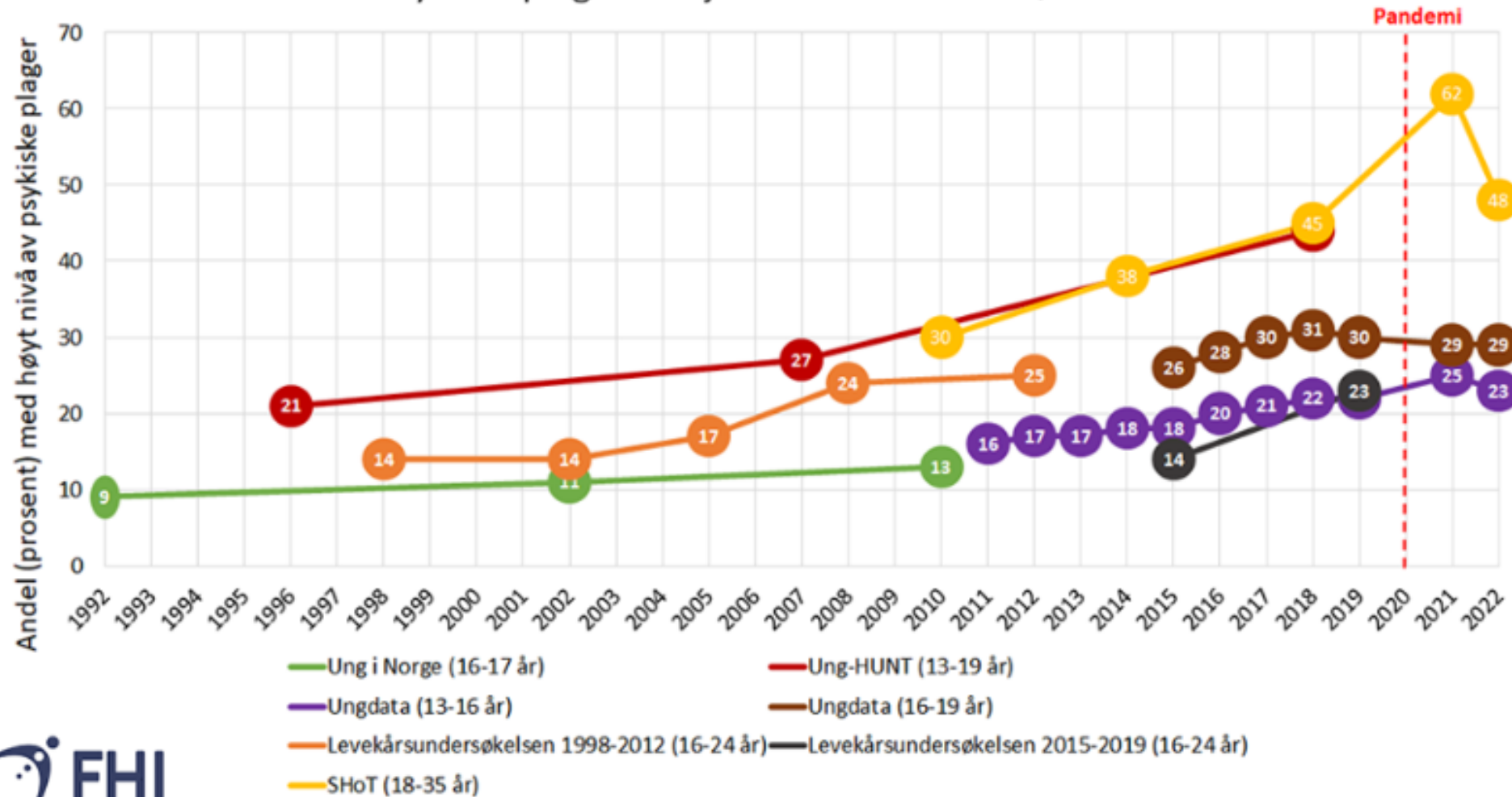


Psykiske plager hos gutter i ulike undersøkelser

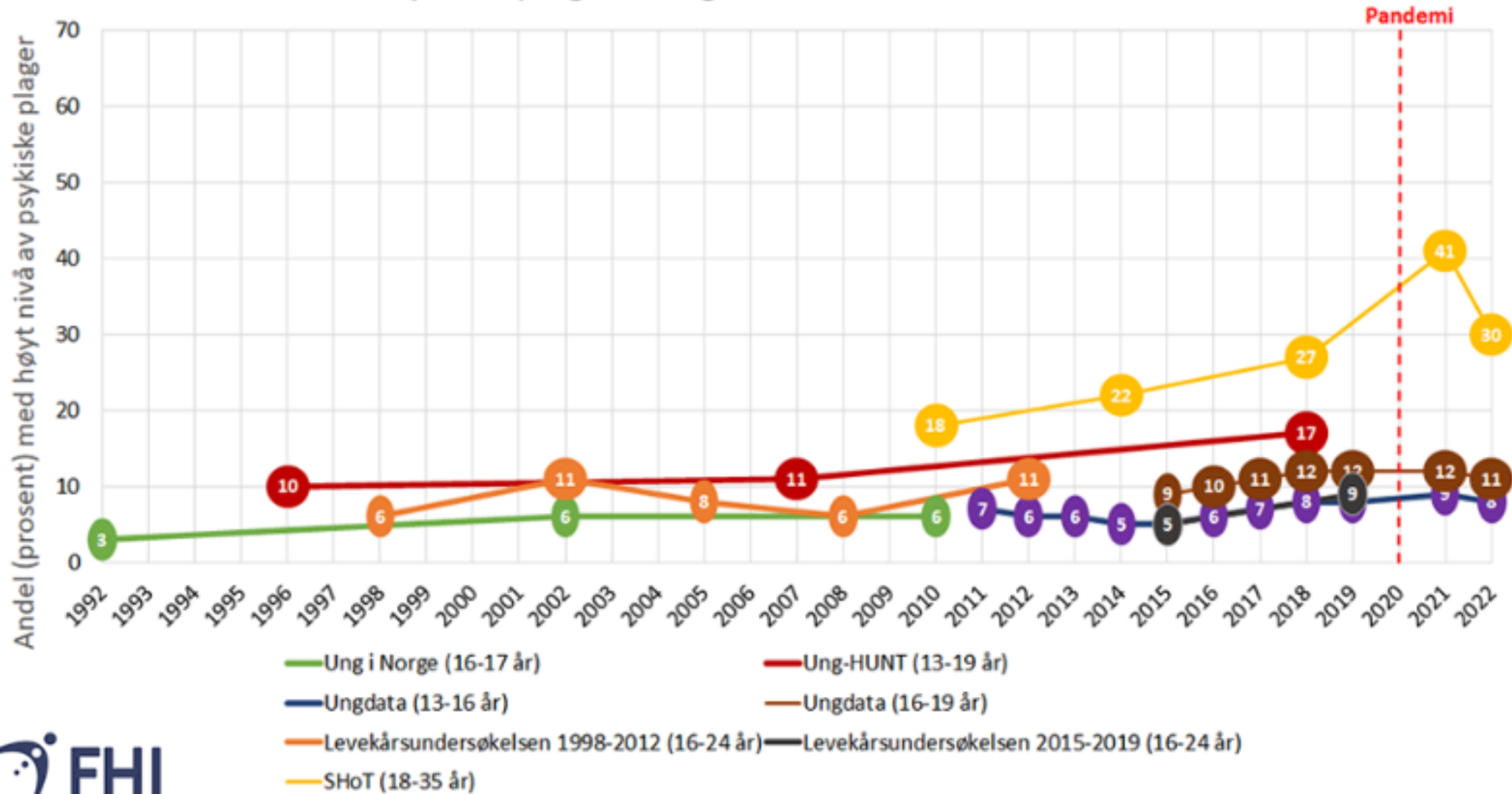




## Psykiske plager hos jenter i ulike undersøkelser



## Psykiske plager hos gutter i ulike undersøkelser



slido

Please download and install the  
Slido app on all computers you use



# Hva tror du skyldes denne økningen?

① Start presenting to display the poll results on this slide.

# Psykiske plager versus psykisk lidelse

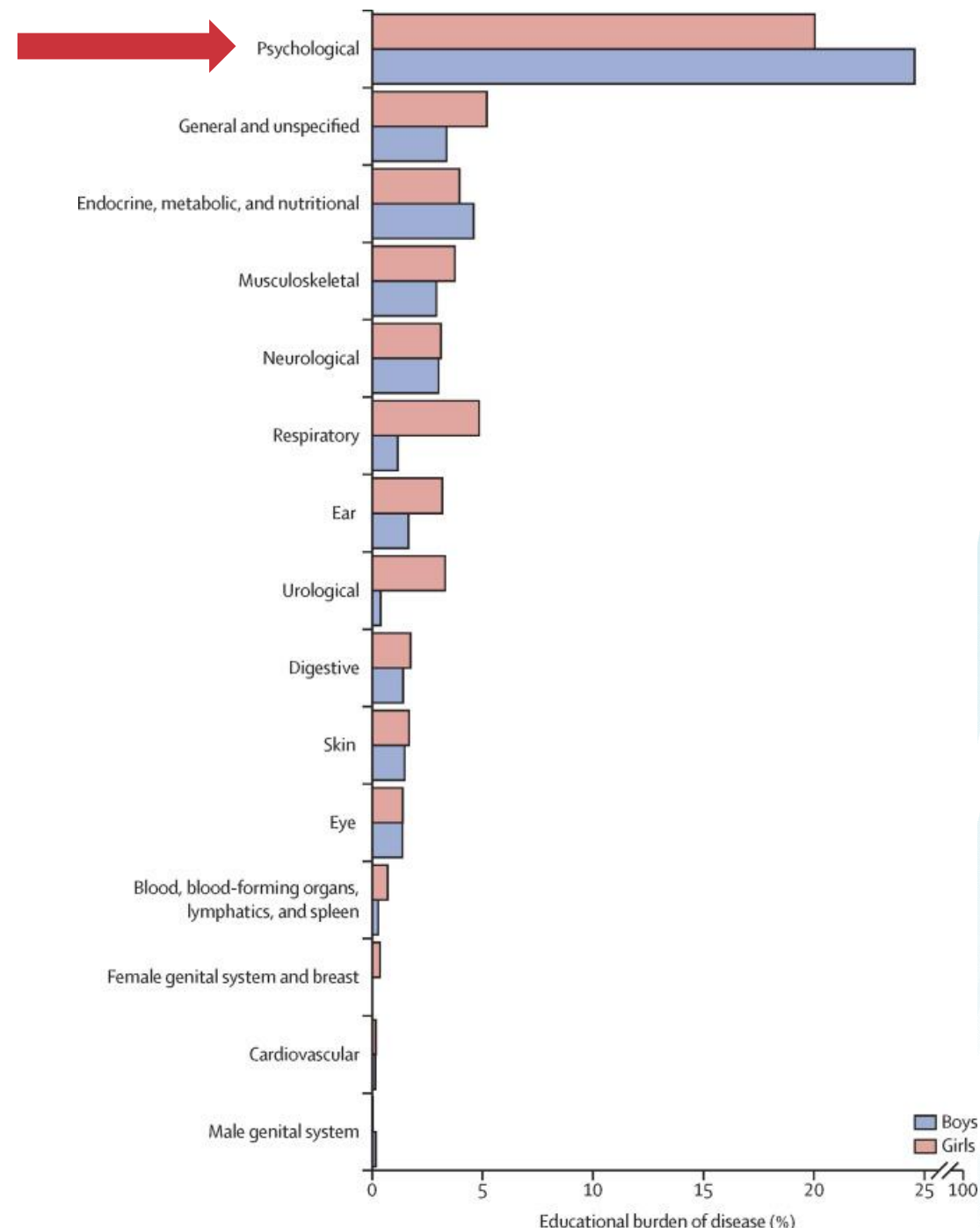
- Psykiske plager
  - Symptomer som går ut over trivsel og fungering
  - 15-20 % har nedsatt funksjon knyttet til psykiske vansker
- Psykisk lidelse
  - Diagnose satt av helsepersonell, kriterier i diagnosesystemer
  - Går i betydelig grad ut over fungering i hverdagen
  - 5-8 % av barn og unge tilfredsstiller kriterier for psykisk lidelse
  - Angst og depresjon er de vanligste psykiske lidelser
    - Jenter har høyere risiko for depresjon, angstlidelser og spiseforstyrrelser
    - Gutter har høyere risiko for ADHD, autisme forstyrrelser og atferdsforstyrrelser

# Hvilke helseproblemer går mest utover ungdommers skolegang i Norge?

Psyriske lidelser har mest negativ innvirkning på skolegangen (gjennomsnittsskarakter).

De fleste somatiske sykdommer påvirker ikke utdanningen på grunn av lav prevalens.

Den totale utdanningsrelaterte sykdomsbyrden var noe høyere for jenter enn for gutter.



# Konsekvenser av psykiske plager og lidelser for barn og unge

- frafall i skolen, løsere tilknytning til arbeidsmarkedet, økonomiske vansker og vansker i nære relasjoner
- rusproblemer og rusmisbruk
- psykiske lidelser og helseplager senere i livet



# Personer med alvorlige psykiske lidelser lever 15-20 år kortere enn den generelle befolkningen

## Outcomes of Nordic mental health systems: life expectancy of patients with mental disorders†

Kristian Wahlbeck, Jeanette Westman, Merete Nordentoft, Mika Gissler and Thomas Munk Laursen

### Background

People with mental disorders evince excess mortality due to natural and unnatural deaths. The relative life expectancy of people with mental disorders is a proxy measure of effectiveness of social policy and health service provision.

### Aims

To evaluate trends in health outcomes of people with serious mental disorders.

### Method

We examined nationwide 5-year consecutive cohorts of people admitted to hospital for mental disorders in Denmark, Finland and Sweden in 1987–2006. In each country the risk population was identified from hospital discharge registers and mortality data were retrieved from cause-of-death registers. The main outcome measure was life expectancy at age 15 years.

### Results

People admitted to hospital for a mental disorder had a two- to threefold higher mortality than the general population in

all three countries studied. This gap in life expectancy was more pronounced for men than for women. The gap decreased between 1987 and 2006 in these countries, especially for women. The notable exception was Swedish men with mental disorders. In spite of the positive general trend, men with mental disorders still live 20 years less, and women 15 years less, than the general population.

### Conclusions

During the era of deinstitutionalisation the life expectancy gap for people with mental disorders has somewhat diminished in the three Nordic countries. Our results support further development of the Nordic welfare state model, i.e. tax-funded community-based public services and social protection. Health promotion actions, improved access to healthcare and prevention of suicides and violence are needed to further reduce the life expectancy gap.

### Declaration of interest

None.

Viktigste årsaken til dette er somatisk sykdom:

- spesielt hjerte- og karsykdommer,
- luftveissykdommer og kreft

Viktig å se psykisk og fysisk helse i sammenheng

## 4.2 Økt levealder -> politisk mål nasjonalt

### Boks 4.2 Alvorlig psykisk lidelse

Gruppen som betegnes som «alvorlig psykisk syke», er ikke en enhetlig gruppe, verken når det gjelder diagnose, eller når det gjelder funksjonsnivå. I Helsedirektoratets veileder i lokalt psykisk helse- og rusarbeid, *Sammen om mestring*, er eksempler på grupper som dekkes av forløpet om alvorlige og langvarige lidelser, medikament- eller rusmiddelavhengighet alvorlige bipolare lidelser, alvorlig depresjon, schizofreni og alvorlig personlighetsforstyrrelse. I Helsedirektoratets styringsinformasjon til helsefelleskapene er det de samme diagnosene som trekkes fram i definisjonen av alvorlig psykisk lidelse.

Kilde: Helsedirektoratet, 2014; Lehn, 2022.



### Meld. St. 23

(2022–2023)

Melding til Stortinget

Opptappingsplan for psykisk helse  
(2023–2033)



# Regjeringen vil bruke 3 milliarder mer på psykisk helse

*«Målene våre er klare. Flere skal oppleve god psykisk helse og livskvalitet, og god hjelp skal være lett tilgjengelig der det trengs, når det trengs» (regjeringen.no).*



*«For første gang har vi fått en forebyggingsorientert opptrappingsplan for psykisk helse. Men vil den lykkes?»*

# Her er de første tre suksesskriteriene:

1. Styrke psykisk helse, ikke enda mer behandling av uhelse.
  - dempe forekomsten av psykiske plager og lidelser
2. Planen må være kunnskapsbasert fremfor brukerbasert.
  - «*Klart vi skal lytte til brukere. Men kunnskapen om kostnadseffektiv forebygging innehas mest av forskere*».
3. Barn og unge må prioriteres fremfor alle andre.
  - «*Jo tidligere vi investerer i psykisk helse, desto mer får vi igjen for pengene*».

# Hvorfor satse på forebygging?

*«God psykisk helse er landets viktigste ressurs»*

*«Psykiske lidelser er nå landets dyreste sykdommer. Totalt koster psykiske lidelser Norge 280–290 milliarder kroner per år. Det er fire ganger mer enn det koster å drive forsvaret...»*

*«Halvparten av de psykiske lidelsene debuterer før 15 års alder. To tredjedeler før 25 års alder. Det er den tidlige debuten, den sterke funksjonssvikten, frafallet fra utdanning og arbeid og de store trygdeutgiftene som står for de store kostnadene»*

*«Minst halvparten av de psykiske lidelsene kan forebygges, sier Verdens helseorganisasjon»*

Ytringer

## **En svinesti av svikt og brutte løfter: Gode råd for en ny opptrappingsplan for psykisk helse**

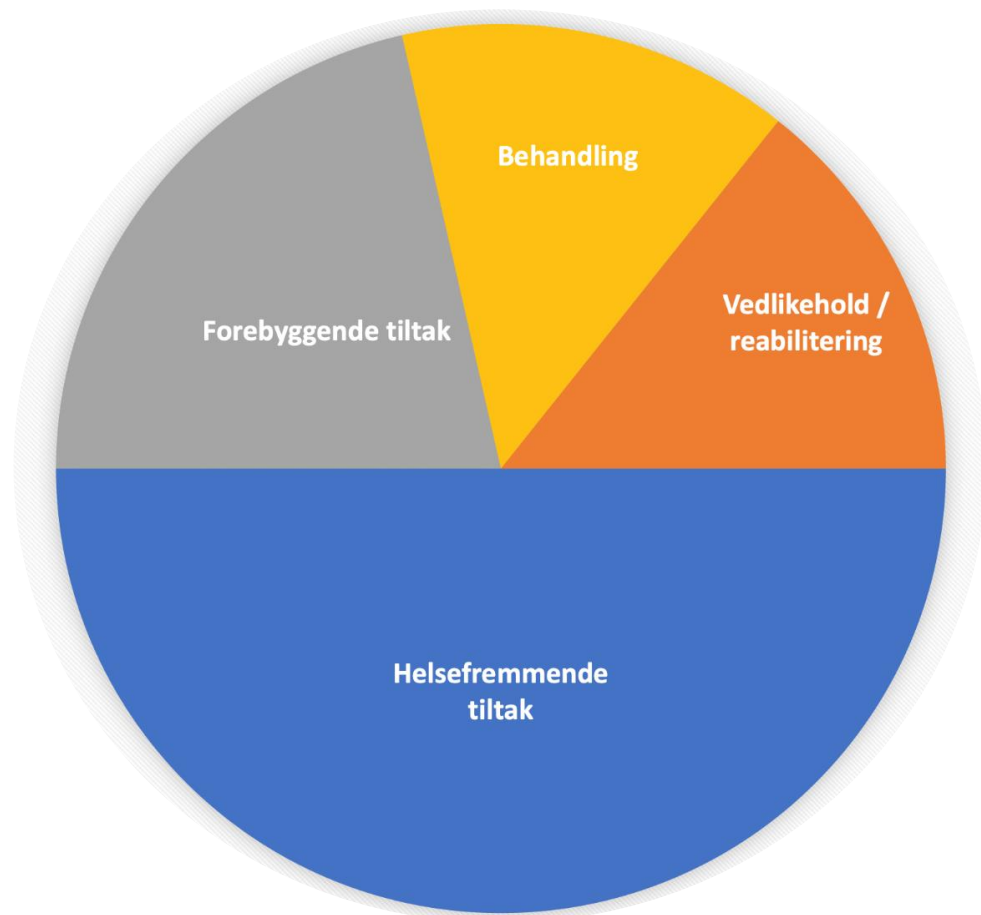
Støre-regjeringen er i full gang med å lage en ny opptrappingsplan for psykisk helse. Men mer, tilgjengeligere og bedre behandling av vanlige psykiske lidelser har ikke hatt effekt de siste 30 årene, skriver Arne Holte.





# Hvordan fremme god psykisk helse?

Generelt ta i bruk virksomme tiltak (sjekk Ungsinn.no)



Forebygging og helsefremming bør skje på de arenaene der barn og unge er:

- Familie
  - foreldrestøtte
- Skole og barnehage
  - fremme trivsel, reduser mobbing
- Fritid og jobb
  - fritidstilbud
- Digitale verktøy
  - apper og online plattformer





## Livsmestringskunnskap til ungdommer

Flyt skal forebygge frafall fra videregående skole

Illustrasjonsfoto: Serrnovik/ Mostphotos





ungsinn

Alle

Bilder

Produkter

Videoer

Nyheter



Ungsinn  
<https://ungsinn.no>



## Ungsinn

Tidsskriftet Ungsinn (ISSN 2464-2142) utgis av  
Regionalt kunnskapssenter for barn og unge – nord  
(RKBU Nord) ved UiT Norges arktiske universitet.

Liste over alle tiltak i Ungsinn



Tiltak



Tidsskrift for virksomme tiltak ...



Aktuelt



Klassifisering





**Hvilke helsefremmende og  
forebyggende tiltak savner  
du i din tjeneste/ kommune?**

① Start presenting to display the poll results on this slide.

***Takk for oppmerksomhet!***

