



# Stefna Geðverndarfélagss Íslands (GÍ) um geðheilbrigði á Íslandi

## Inngangur

Gagnreyndar rannsóknir sýna að tíminn **frá getnaði til tveggja ára aldurs** er afgerandi fyrir þroska og velferð barna. Nærandi og næm umönnun ungbarna er grundvallaratriði sem leggur grunninn að góðri sjálfsmynd, andlegri og líkamlegri heilsu og félagslegri velferð á fullorðinsárum. Að leggja góðan grunn í upphafi æviskeiðs í lífi barna eykur líkur á farsæld á fullorðinsárum sem stuðlar að hagsæld fyrir samfélagið allt. Rannsóknir sýna að snemmtækur stuðningur og sálfélagsleg inngrip við fjölskyldur ungbarna kosta lítið miðað samfélagslegan kostnað ef ekkert er að gert - niðurstaðan er sparnaður fyrir samfélagið. London School of Economics (LSE) gaf út skýrslu árið 2014 sem sýndi að fyrir hverja krónu sem eytt er í þennan málaflokk mætti spara 30. Miðað við íslenskan raunveruleika og árlega fæðingartíðni mætti spara **7 milljarða** íslenskra króna fyrir hvern árgang með því að sinna foreldrum á meðgöngu og börnum þeirra fyrstu tvö árin á fullnægjandi hátt.

Það, hvernig við önnumst börn frá fæðingu til tveggja ára aldurs, ræður framtíð þeirra sem hefur í kjölfarið áhrif á framtíð samfélags okkar. Ástrik, örugg og traust samskipti barns og foreldra ásamt lærdómshvetjandi fjölskyldu og heimili, byggir upp:

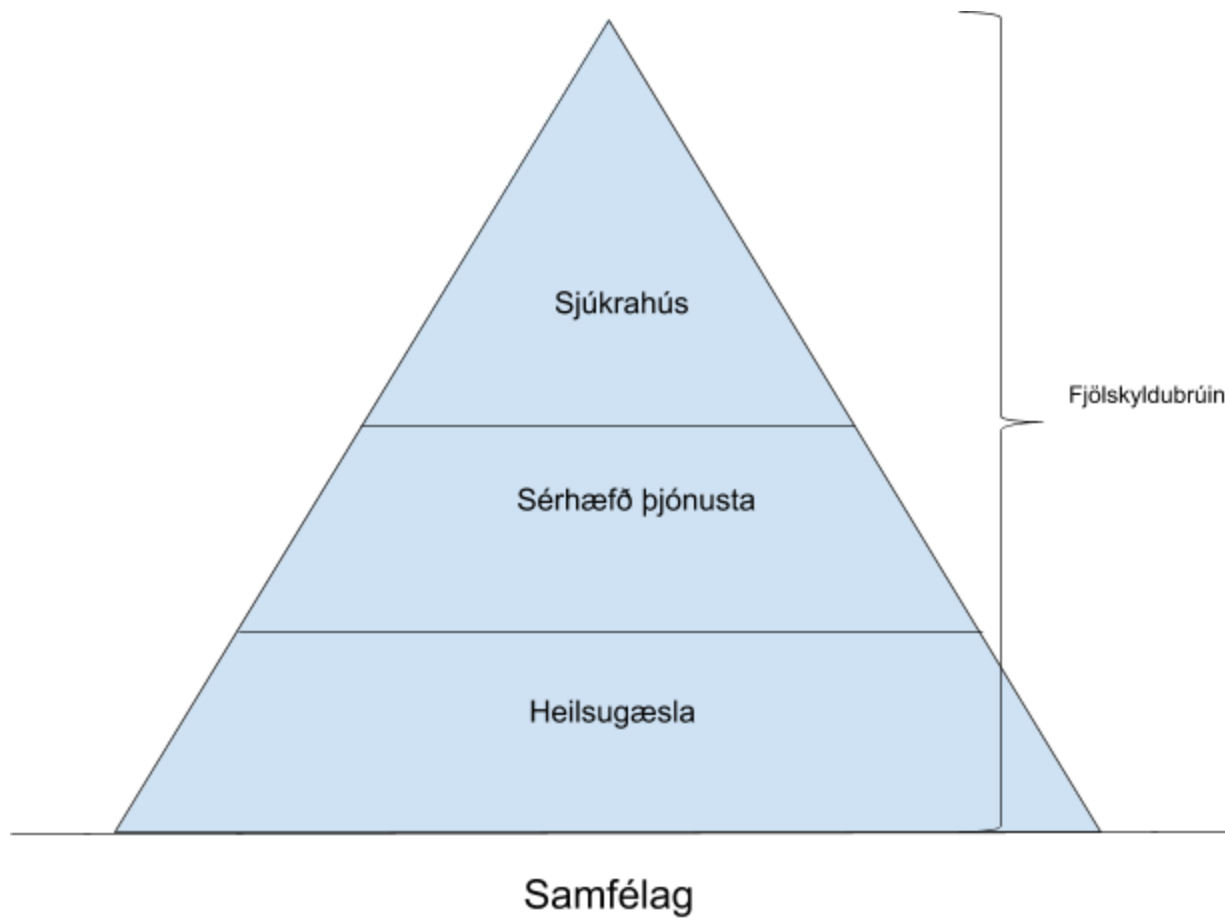
- tilfinningalega **vellíðan** (stundum kallað geðheilbrigði barns);
- hæfni til að móta og viðhalda jákvæðum **samskiptum** við aðra;
- **heilann og heilbrigða heilastarfsemi** (um 80% af vexti heilans á sér stað fyrir þriggja ára aldur)
- **móðurmálsfærni**, og
- hæfileikann til að **læra** (“mjúku” eiginleikarnir til að tengjast öðrum, þrífast vel og í framhaldinu fara að læra “hörð” sannindi sem varða leið að námi síðar meir: að öllu þessu er grunnurinn lagður á fyrstu mánuðum í lífi hvers barns. Lítil stuðningur,

sérstaklega þegar barni er ekki forðað frá ofbeldi eða vanrækslu, getur haft varanleg áhrif á líf þess).

Rannsóknir hafa einnig sýnt að því betur sem haldið er utan um **fjölskyldur** og börn sem aðstandendur geðsjúkra, t.a.m. með samtali þar sem öll fjölskyldan kemur saman, því betur líður allri fjölskyldunni og líkur minnka á að veikindi flytjist áfram til næstu kynslóðar. Mikilvægt er að fjölskyldan einangrist ekki og reyni að fela hinn veika fyrir umheiminum.

Sýnt hefur verið fram á að **áföll** af ýmsum toga geta haft margþætt áhrif á lífsskilyrði og lífsgæði. Það hefur komið í ljós á síðustu áratugum að börn geta upplifað áföll (relational trauma) vegna álags og veikinda innan fjölskyldunnar. Þessi áföll eru ekki alltaf sýnileg öðrum þar sem þau eiga sér stað innan veggja heimilis og hafa þess vegna verið kölluð „hinn þögli faraldur“. Komið hefur í ljós að afleiðingar slíkra áfalla geta verið langvinn og haft í för með sér “bresti” í bæði andlegri og líkamlegri heilsu.

Alvarleg áföll í bernsku, þegar heilinn er enn í mótun, hafa almennt meiri áhrif en þau sem við verðum fyrir síðar á lífsleiðinni og því er mikið fengið með því að forða börnum frá því að lenda í erfiðum aðstæðum og minnka skaðann með **snemmtækum** stuðningi og inngripum.



# Stefna Geðverndarfélags Íslands

Gí álfur að geðheilbrigðisþjónustu eigi að byggja á þrepunum sem koma fram á myndinni hér að framan:

## SAMFÉLAG

- Efla þarf **samfélagslega meðvitund** um mikilvægi fyrstu tveggja árána í lífi hvers barns, frá getnaði. Auka þarf almenna þekkingu og skilning á að hvert barn fái tækifæri til heilbrigðrar tengslamyndunar við foreldra og að það sé verndað fyrir afleiðingum þunglyndis foreldra, ofbeldis og áfengis- og eiturfjaneyslu þeirra.
- Efla þarf almenna vitund og þekkingu á afleiðingum áfalla í bernsku og auka þekkingu og notkun **ACE spurningalistans** (Adverse Childhood Experience International Questionnaire) til að greina og kortleggja vandann svo hægt sé að vísa í viðeigandi úrræði.

## HEILSUGÆSLAN

- Heilsugæslan þarf að verða vettvangur **þverfaglegar** vinnu með fjölskyldum, konum á meðgöngu, fjölskyldu og barni fyrstu tvö ár í lífi þess. Mikilvægt er að fagfólk heilsugæslunnar geti greint heilsufars- og þroskavanda barna út frá samspili við umönnunaraðila.
- **Fjölskyldubrúin** er gagnreynt úrræði sem miðar að því að hindra að börn verði fyrir neikvæðum áhrifum vegna veikinda foreldra sinna. Slíkt úrræði ætti að vera hluti af starfsemi allra **heilsugæslustöðva** ásamt því að vera hluti af úrræðum sérfræðipjónustu á spítala.
- **Fjölskylduhús** á að starfrækja í samstarfi heilsugæslu, sveitarfélags og velferðarsamtaka í hverju sveitarfélagi. Fjölskylduhúsið er vettvangur þverfaglegar vinnu með fjölskyldum, sérstaklega þeim sem standa höllum fæti.

## SÉRHÆFD ÞJÓNUSTA

- Veita á sérhæfða þjónustu þeim fjölskyldum sem standa höllum fæti, s.s. með meiri þjónustu, tíðari heimsóknnum og nákvæmara eftirliti. Slík þjónusta á ekki að hafa í för með sér kostnað fyrir fjölskyldur. Þetta má gera að fyrirmynd breska **Family Nurse Partnership Programme, Solihull Approach ofl.**
- Þessi úrræði gætu verið til staðar í **fyrstastigs-þjónustu** heilsugæslunnar þar sem veitt er **viðbótarþjónusta** við það sem allir fá.

## SJÚKRAHÚS

- Sjúkrahús veitir sérhæfða þjónustu við alvarlegum geðheilsuvanda með þverfaglegri, sérhæfðri fjölskyldu-miðaðri nálgun.

## Geðverndarfélag Íslands telur að til þess að bæta aðstæður barna í íslensku þjóðfélagi fyrstu árin þurfi að

- **stytta** vinnuvikuna til að foreldrar fái meiri tíma með börnum sínum,
- lengja **fæðingarorlof í 2 ár**, eða brúa bilið með heimgreiðslum til foreldra sem það kjósa,
- **styrkja fagþekkingu** starfsfólks leikskóla og ráða fleiri leikskólakennara í stað ófagmenntaðs starfsfólks,
- auka skilning og þekkingu **stjórnmalamanna** á mikilvægi fyrstu áranna í lífi hvers barns,
- stofna **Fjölskylduhús** í samstarfi heilsugæslu, sveitarfélags og velferðarsamtaka þar sem fjölskyldur og börn geta hist og átt samskipti til að auka tengsl og haft aðgang að fagfólki þegar á þarf að halda

Geðverndarfélagið telur einnig að mynda eigi **stuðningshópa** fyrir börn og unglunga sem eiga geðveika foreldra sem heilsugæslan / Fjölskylduhús haldi utan um.

Geðverndarfélagið telur brýnt að **ítarlegar rannsóknir** verði framkvæmdar á aðstæðum barna á Íslandi í samvinnu við háskóla landsins.