

Ny rapport: Hvert sjette barn under 10 år har mentale helbredsproblemer, og der er behov for en national strategi nu

Alt for mange børn lider for længe og unødigt, fordi opsporing og forebyggelse af mentale helbredsproblemer er usystematisk og utilstrækkelig, konkluderer ny rapport fra Vidensråd for Forebyggelse. Der er behov for en national strategi for børns mentale helbred.

Mindst 16 procent af 0-9-årige børn har betydelige mentale helbredsproblemer, og otte procent diagnosticeres med en psykisk sygdom i hospitalsvæsenet, inden de fylder 10 år.

Det er ganske mange børn, som dermed er i risiko for omfattende og unødvendige skadevirkninger både i barndommen, i ungdomsårene og ind i voksenlivet, forklarer Bjørn Holstein, professor emeritus ved Statens Institut for Folkesundhed og formand for arbejdsgruppen bag en ny rapport fra Vidensråd for Forebyggelse:

- Ubehandlede mentale helbredsproblemer hos et barn kan ødelægge dagligdagen både for barnet og familien, og der er risiko for, at problemerne forværres, hvis børnene går for længe uden at få den rette hjælp.
- Jo længere barnet lever med sine problemer, desto større er risikoen for, at barnet udvikler psykisk sygdom, som vil påvirke både skolegang, familien og samværet med jævnaldrende. På længere sigt er det barnets fremtidige uddannelse, familiedannelse og tilknytning til arbejdsmarkedet, der er på spil.

De tidlige børneår har en stor betydning

Rapporten "Mental sundhed og psykisk sygdom hos de 0-9-årige børn" kortlægger forekomsten af mentale helbredsproblemer og psykisk sygdom i aldersgruppen og peger derudover på risikofaktorer, beskyttende faktorer og ikke mindst på muligheder for tidlig indsats i form af sundhedsfremme og forebyggelse.

Aldersgruppen fra 0 til 9 år er vigtig, fordi udviklingen i denne periode er mere plastisk, det vil sige særligt modtagelig for omgivelsernes påvirkning. Det er den periode, hvor omgivelserne og barnets relationelle rammer har størst betydning for, hvordan barnet udvikler sig.

- Der er et stort potentiale i en indsats tidligt i barnets liv. Hvis man kan sikre trygge relationer i hjemmet, i dagtilbud og i skole, kan det beskytte børn mod mentale helbredsproblemer og mange af de skadevirkninger, der følger med, forklarer Bjørn Holstein.

Et mylder af indsatser

Der er mange professionelle, som arbejder med sundhedsfremme og med at opspore mentale helbredsproblemer tidligt, fx i kommunernes familieafdelinger, i sundhedsplejen, i almen praksis, i dagtilbud, skoler og pædagogisk-psykologisk rådgivning. Men vi ved ikke nok om, hvilke indsatser børnene og deres forældre tilbydes – og for hvem det virker eller ikke virker, konkluderer rapporten.

- Ser man på det mylder af indsatser, der er i kommuner, skoler og dagtilbud, står det klart, at vi ikke udnytter mulighederne for sundhedsfremme og forebyggelse godt nok. Det skaber usikkerhed og lidelse hos børn og forældre, hvis børnene går med ikke-erkendte mentale helbredsproblemer, pointerer Bjørn Holstein.
- Når børn i 10-12 års-alderen får en autisme- eller ADHD-diagnose, så er der ofte gået flere år forud med unødigt lidelse for barnet og familien.

Rapportens kortlægning viser, at indsatserne til opsporing og behandling af børn med mentale helbredsproblemer ofte er udokumenterede, utilstrækkelige og tilfældige. Og der er et stort uudnyttet potentiale for at løfte området og lette børnenes og familiernes liv.

- Der er derfor behov for, at vi langt mere systematisk udvikler, implementerer, monitorerer og evaluerer indsatserne, så vi bliver klogere på, hvad der virker over for hvilke børn, forklarer arbejdsgruppeformanden.
- Dertil kommer, at vi måske går rundt og spilder en masse ressourcer, som kunne være brugt bedre.

Social ulighed

Mentale helbredsproblemer rammer børn i alle miljøer, men der ses en stor social ulighed på området. Risikoen for at et barn diagnosticeres med en psykisk sygdom, er fx dobbelt så stor i familier, hvor forældrene har kort uddannelse som i familier, hvor forældrene har en lang videregående uddannelse. Og risikoen er særligt høj for børn af forældre, der selv har psykisk sygdom eller sociale problemer.

Børn med kronisk somatisk sygdom er ligeledes særligt udsatte:

- Dette fortæller os, at der er et stort potentiale for tidlig opsporing, hvis man øger opmærksomheden på mentale helbredsproblemer hos børn i disse udsatte grupper. Det er et godt sted at sætte ind, påpeger Bjørn Holstein.
- Men det er vigtigt at understrege, at der er behov for at løfte området over hele linjen, så vi sikrer, at rammerne for børn indrettes ud fra en prioritering af barnets sunde mentale udvikling i alle de sammenhænge, barnet vokser op. Den brede indsats, hvor børnefamiliers trivsel tilgodeses, og hvor dagtilbud og skoler har det som et specifikt fokus at stimulere alle børn og deres psykiske udvikling, skal gå hånd i hånd med dokumenteret effektive forebyggende indsatser i et sammenhængende system.

En national strategi

Det er arbejdsgruppens og Vidensråd for Forebyggelses anbefaling, at man vedtager en national strategi for børns mentale helbred. En strategi, der sikrer en sammenhæng på tværs af institutioner og sektorer i de tilbud og indsatser, der sættes i søen for et bedre mentalt helbred hos børn, siger formand for Vidensråd for Forebyggelse, Morten Grønbæk:

- Indsatser skal bygge på evidens for at være sikker på, at de virker, der hvor børnene har brug for hjælp. Rundt om i landet gennemføres mange pilotprojekter, som måske er gode, men der er behov for en national koordineret indsats for forebyggelse og behandling af høj kvalitet.

Arbejdsgruppen bag rapporten opfordrer til, at man vedtager en national handleplan for børns mentale helbred, der hviler på følgende punkter:

- Skab sammenhæng i de mange forebyggende indsatser for børn og familier i sundheds-, social- og skolesektoren.
- Styrk mental sundhedsfremme, opsporing og forebyggelse af mentale helbredsproblemer blandt alle børn i alle kommuner.
- Styrk indsatsen i familier, hvor en eller flere forældre har mentale eller sociale problemer.
- Styrk mental sundhed ved at kvalificere opsporing og indføre forskningsbaserede indsatser til mental sundhedsfremme og forebyggelse af mentale helbredsproblemer i dagtilbud og skoler.
- Styrk viden om børns mental sundhed og mentale helbredsproblemer i alle faggrupper med kontakt til børn og familier.

- Styrk forskningen i forebyggende indsatser, der er målrettet mental sundhed, mentale helbredsproblemer og psykisk sygdom blandt børn.
- Monitorér implementeringen og effekterne af de indsatser, der er nævnt i punkt 1-6.

Rapporten er støttet af TrygFonden og kan, sammen med et faktaark, downloades her: www.vidensraad.dk.

For yderligere oplysninger kontakt:

- Bjørn Holstein, formand for arbejdsgruppen, professor emeritus på Statens Institut for Folkesundhed. Mail: bho@sdu.dk eller tlf.: 23 42 43 18. Bjørn Holstein kan henvise til de øvrige arbejdsgruppemedlemmer, der hver især har et specialiseret forskningsområde.
- Susanne Vigsø Grøn, kommunikationskonsulent, Vidensråd for Forebyggelse. Tlf.: 20 47 30 35

Om Vidensråd for Forebyggelse

Vidensråd for Forebyggelse er et uafhængigt råd, der består af 15 eksperter, som samler og formidler den nyeste forskningsviden om forebyggelse af sygdom og fremme af befolkningens sundhed. Rådet er finansieret af bevillinger fra fonde og bidrag fra Lægeforeningen. Derudover finansieres Rådets aktiviteter af løbende projektbevillinger fra diverse andre fonde, myndigheder eller organisationer.