

Takk for muligheten til å gi innspill til dette viktige arbeidet.

Det finnes i dag god dokumentasjon på at digitale psykologiske helseløsninger har effekt på en rekke psykiske lidelser. Vi i SuperEgo AS har i en årrekke arbeidet med innovativ teknologi for psykisk helse med våre terapeuter. Våre digitale løsninger er tilrettelagt for ulike brukergrupper og på individets premisser. Teknologien hjelper oss med å nå pasienter vi ellers aldri ville ha nådd.

Vi har lest tidligere Folkehelsemeldinger og berømmer regjeringen for å likestille fysisk og psykisk helse. Det er satset mye fra nasjonal myndighet innenfor fysiske helse og teknologi. Det vi savner er like mye satsning innenfor psykisk helse og teknologi. Psykiske lidelser er landets største helseutfordring og koster samfunnet mye. Enkeltmenneskets omkostninger kan ikke prises, men forskning viser at livskvaliteten til den som sliter med psykiske lidelser og pårørende blir påvirket.

Neste Folkehelsemelding bør ligge i front hva gjelder satsing på digitalt utviklingsarbeid for å imøtekomme menneskers behov for tilpasset og tilgjengelige helsetjenester når de sliter med psykiske lidelser. Regjeringen må utvikle en folkehelsepolitikk som inkluderer de digitale mulighetene man kan anvende i arbeid med psykisk helse. Vi ønsker at den nye Folkehelsemeldingen konkretiserer hvordan.

Vi har 12 innspill. Myndighetene må:

1. være pådrivere innen psykisk helse og tilrettelegging av digitale verktøy
2. lage en nasjonal standard for sikre digitale løsninger som er tilgjengelig for alle
3. utarbeide retningslinjer og et sikkert e-helserammeverk for psykisk helse
4. være en premissleverandør og bidra til samordning innen feltet e-helse og psykisk helse
5. formulere seg slik at skepsis til digitalisering innen psykisk helse blir redusert
6. synliggjøre forskning som viser at teknologi kan forsterke relasjonen mellom pasient og terapeut
7. fremme forskning om dokumentasjonsbasert selvhjelpssystem
8. bidra med økonomiske midler til aktører innen teknologi og psykisk helse
9. utlyse midler til lavterskeltilbud innen psykisk helse og nettbaserte behandlingstilbud
10. oppdatere det juridiske bak digital korrespondanse mellom behandler og pasient
11. følge opp og evaluere digitale intervensjoner innen psykisk helse
12. legge til rette for systematisk utvikling og bruk av forskningsbasert kunnskap i psykisk folkehelsearbeid der det digitale er prioritert

Det er mange fordeler ved å skape nærhet mellom behandling og personen som sliter med psykiske lidelser. Vi vet at det er mange grunner til at en pasient ikke kommer seg ut og til hjelpetjenestene: sosial angst, funksjonshemminger, redusert bevegelighet, økonomi, geografi for å nevne noen. Digitale verktøy kan fremme psykisk helse. Det ønsker vi å lese om i neste Folkehelsemelding.