

Digital informationsträff för socialtjänsten och elevhälsoteamen i Örebro län

Syftet med digitala forumet

- Säkerställa att samtliga elevhälsoteam och socialtjänsten i länet får likvärdig information.
- Stärka kunskapen om hälso- och sjukvårdens struktur, ansvar och uppdrag för berörda aktörer.
- Skapa möjlighet för verksamheter att lämna in frågor och förslag kring framtida förbättringsområden.
- Ha ett återkommande forum med viss möjlighet till dialog

Informationstillfällen hösten-26

DATUM:

21 september

19 oktober

23 november



Information

- Skriv ner frågor och funderingar i chatten.
- Lämna önskemål i enkät som kommer i slutet av tillfället
- Om det fortfarande finns frågor eller funderingar efter tillfället idag, kan ni även ta kontakt med ansvarig chef för verksamhet/mottagning.
- För att ta del av dagens information, delas i chatt:
[Barn och unga - digitala informationsträffar • Regional utveckling](#)

Presentationsrunda

Micael Thorvall Enhetschef

- Förstärkt öppenvård behandling & Utredningsenheten

Tina Karlsson Enhetschef

- Öppenvård 1, psykologisk behandling

Eirin Nygren Dellevåg Enhetschef

- FKPO och Öppenvård 2 medicinsk behandling

Eva-Lisa Nordfamne Enhetschef

- MPO, Ungdomsmottagningarna

Vilka enheter arbetar med psykisk ohälsa i Regionen Örebro Län?

Barn och
ungdomspsykiatrins
öppenvårdsmottagning

Barn och
ungdomspsykiatrins
Förstärkta öppenvård

Mottagningen psykisk
ohälsa barn och unga
MPO

Första kontakten
psykisk ohälsa barn och
unga
FKPO

Ungdomsmottagningen
UM

Ångest

- Hanna Brandt, PTP-psykolog
 - BUP öppenvård
- Linnéa Wihlborg, PTP-psykolog
 - BUP öppenvård

Oroliga barn

Ångest hos barn och unga

- Ångest = stark rädsla/oro
- Signalerar behov av skydd från faror
- Evolutionärt viktig för vår överlevnad
- Fight or flight-respons
- Ångest ≠ Farlig



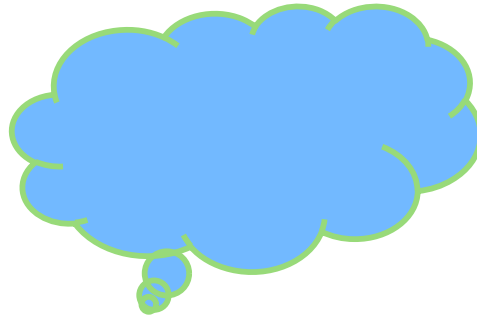
Symtom på ångest

Kroppen



Hjärtklappning
Tryck över bröstet,
Svårt att andas,
Kallsvett
Yrsel
Domningar
Illamående
Magont

Tankar



Orostankar
Katastroftankar
Tänk om...

Beteende



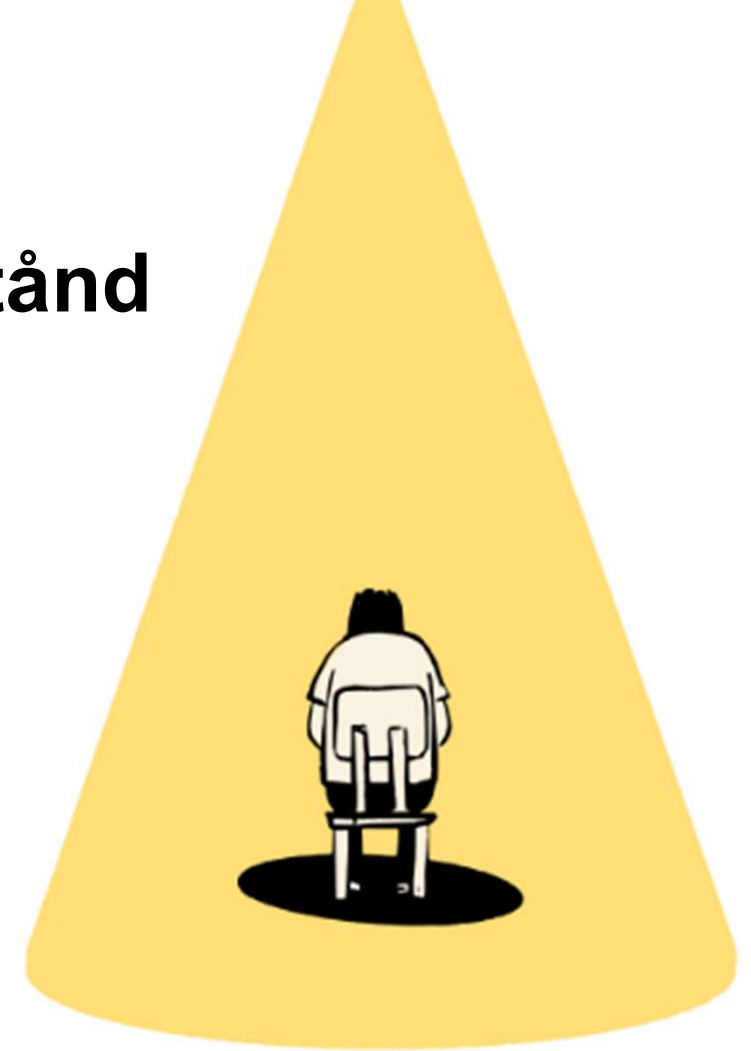
Fly
Undvika
Gömma sig
Bli klängig

När ångesten blir ett problem

- Överkänsligt varningssystem → Ångest utlöses lättare, starkare och oftare
- Impulsen att undvika situationen blir starkare
- Kortsiktig konsekvens: lättnad, minskad ångest
- Långsiktig konsekvens: Begränsad vardag och ångesten vidmakthålls

Vanliga ångesttillstånd

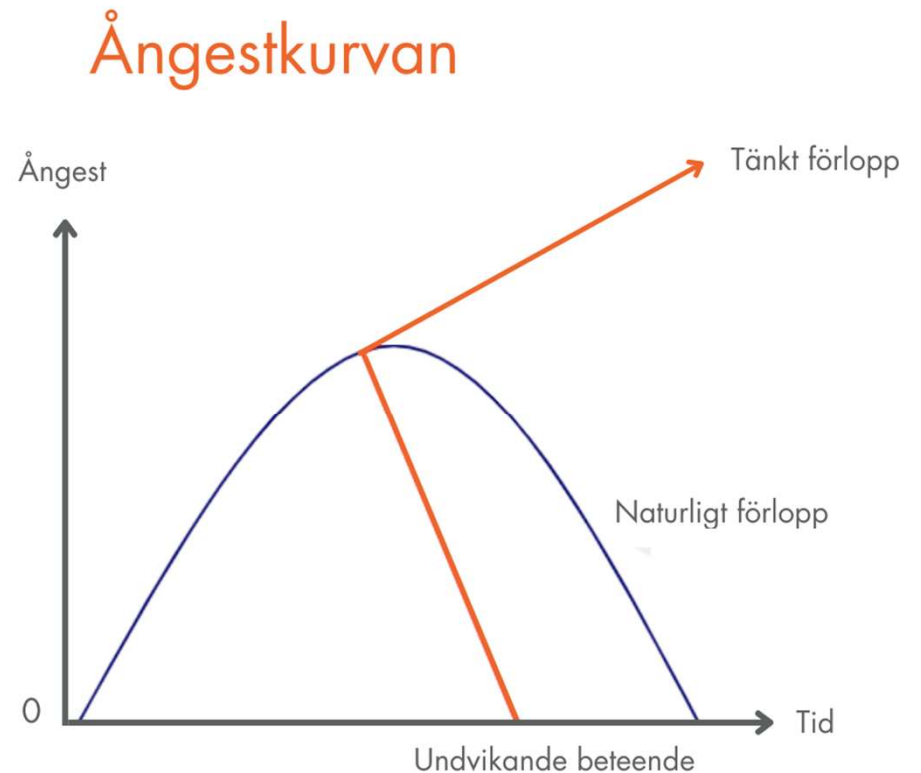
- Separationsångest
- Specifik fobi
- Social fobi
- Generaliserat ångestsyndrom
- Paniksyndrom (med agorafobi)
- Tvångssyndrom
- PTSD



Barnet måste inte uppfylla en specifik diagnos för att vara i behov av hjälp!

Varför får en ångest?

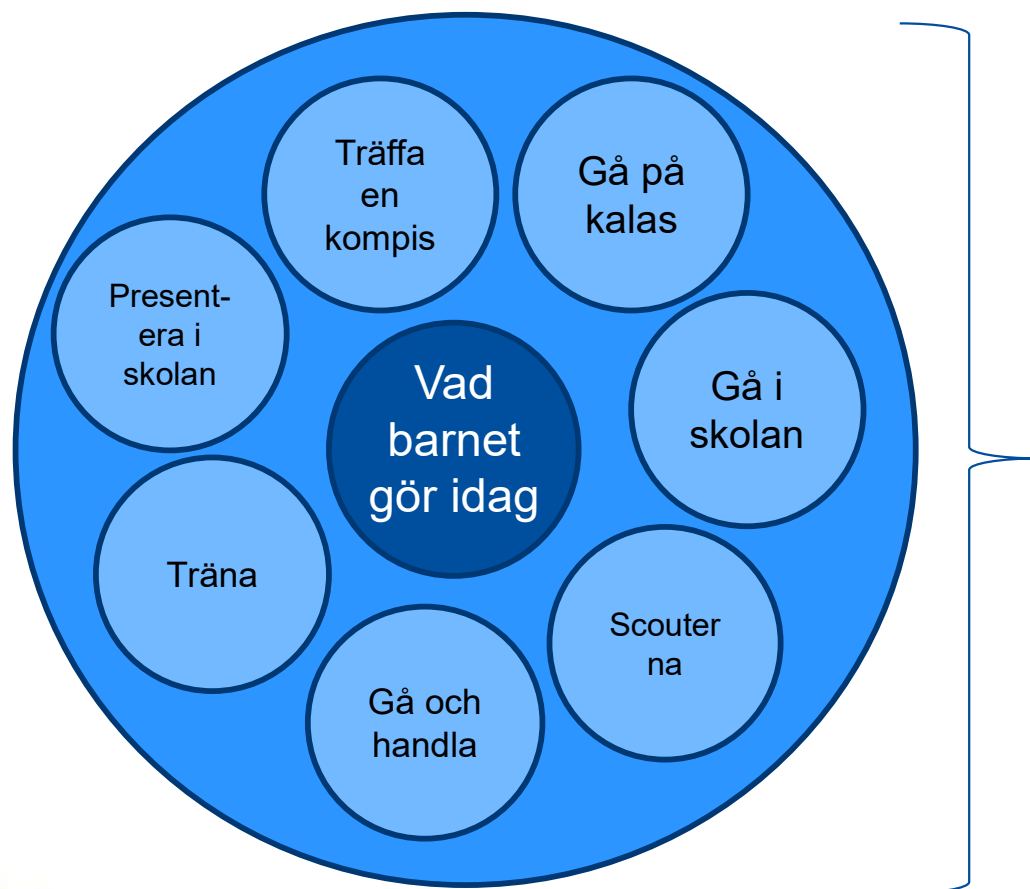
- Arv & Miljö
- Arv → ökad sårbarhet
- Negativ spiral av undvikande
- Ingen nyinlärning sker



Samsjuklighet

- Samsjuklighet med andra psykiatriska tillstånd vanligt
- 60-70% av fallen
- Vanligast är *flera* ångestdiagnoser
- Självskada

Påverkar hur en fungerar i vardagen



Vad barnet har gjort och klarat av innan

Påverkar hur en fungerar i vardagen

- Funktionspåverkan styr vårdnivå:
 - *Lindrig* → *måttlig påverkan: Viss skolfrånvaro, minskade prestationer, träffar färre vänner, mindre aktivitet*
Insats: Primärvård! Mottagningen psykisk ohälsa barn och unga (MPO)
 - *Svår påverkan: Ofta hemma från skolan, träffar sällan vänner, isolerade, väldigt inaktiva*
Insats: BUP

Vad kan en göra som vuxen i barnets liv?

- Utmana ångesten och stanna kvar i jobbiga situationer
- Som vuxen agera stöttepelare och pusha lagom
- Anpassningar kan behövas → Långsiktigt mål att återgå till vardagen
- Upprätta goda rutiner

Vad gör vården?

- Information om tillståndet (psykoedukation)
- Psykologisk behandling – ofta exponering
- Vid behov: medicinering

När bör man söka vård och när är det akut?

- Om ångesten påverkar förmågan att delta i vardagen på det sätt man önskar – FKPO!
- Oro för att barnet ska avsluta sitt liv/skada sig själv allvarligt – Akut!

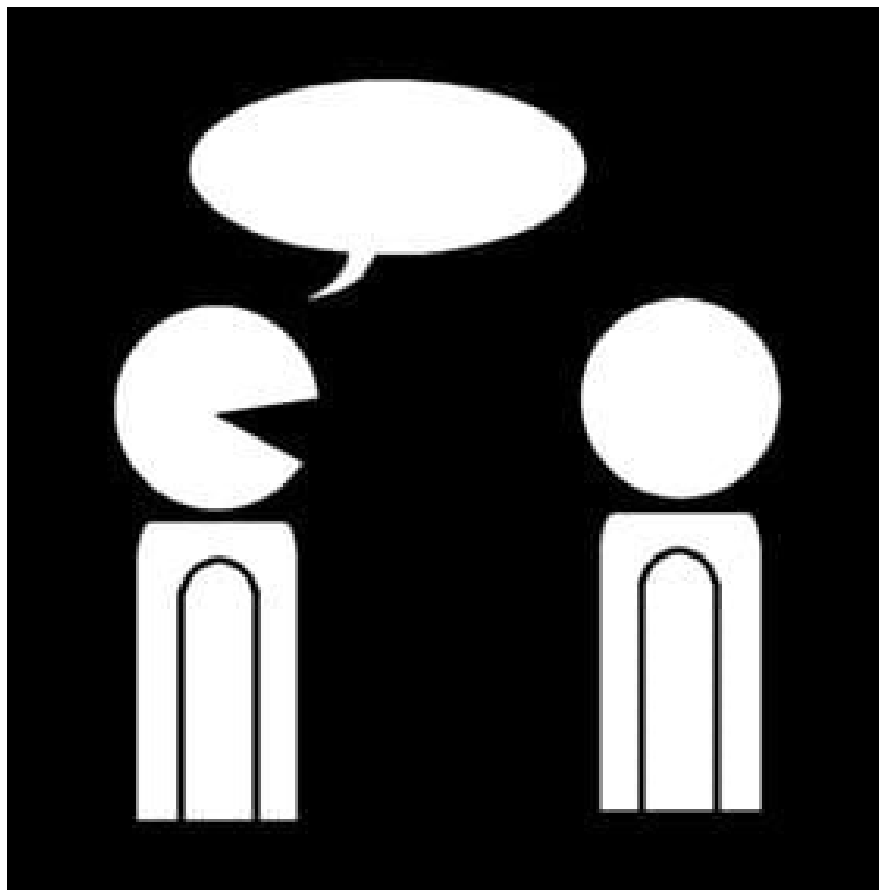
Länkar med information

- [Stegvisvård - SKR](#)
- [Svenska Föreningen för Barn och ungdomspsykiatri](#)
- [Vård- och insatsprogrammen](#)
- [Kunskapsstyrning hälso- och sjukvård](#)
- [Nationella riktlinjer](#) exempelvis [ADHD och autism](#)

Regionens hemsidor

- [Första kontakten psykisk ohälsa barn och unga](#)
- [Mottagningen psykisk ohälsa barn och unga](#)
- [Ungdomsmottagningen](#)
- [Barn- och ungdomspsykiatrisk öppenvård](#)
- [Barn och ungdomshabiliteringen](#)

Frågor och svar



Tack för idag, vi ses igen!