



Bakgrund till genomförandet av Mental Health First Aid (MHFA) i Sverige

Riksdagen beslutade den 5 juni 2008 om en övergripande vision för att förebygga självmord (Prop. 2007/08:110, bet. 2007/08: SoU11, rskr. 2007/08:226). För att minska antalet självmord antog riksdagen också ett nationellt handlingsprogram för suicidprevention. Det befolkningsinriktade självmordsförebyggande arbetet har en utpräglad tvärssektoriell folkhälsovetenskaplig bred ansats med syfte att "utveckla stödjande miljöer", "öka kunskapen om vad som kan leda till självmordsförsök och självmord" samt "undanröja rädslor, tabun och stigmatisering som självmord och psykisk sjukdom omgärdas av".

Den 18 december 2009 överlämnade Regeringskansliet (Socialdepartementet) återrapporteringar av regeringsbeslutet för beredning av utredningen med anknytning till självmord. Det handlade om att ta fram informationsmaterial som syftade till att öka kunskapen dels om självmord i befolkningen, dels om vart man vänder sig för att få hjälp och stöd. Utredningen överlämnade därefter den 3 maj 2010 delbetänkandet "Första hjälpen i psykisk hälsa" som utgick från självmordspreventionsutredningen (SOU 2010:31) och behandlade de ovan nämnda regeringsbesluten. Betänkandet antogs av regeringen 18 november 2010.

Regeringen gav därefter ett uppdrag till NASP att genomföra en pilotstudie av två självmordspreventiva program. Uppdraget ersattes emellertid i december 2010 av ett nytt uppdrag: att genomföra en pilotstudie av det australiska självmordsförebyggande programmet Mental Health First Aid (MHFA). I uppdraget från regeringen angavs att målgruppen för pilotstudien skulle vara allmänhet, ideella organisationer och personer som i sin yrkesutövning kommer i kontakt med människor med psykisk ohälsa och/eller personer som är självmordsnära. Särskilt

nämndes personal inom socialtjänsten, skolan, polisen, kriminalvården och brandkåren, samt ambulanspersonal och distriktssköterskor inom primärvården. Man pekade även ut lärare, skolsköterskor, skolkuratorer samt fritidsledare och fältassistenter som relevanta mottagare av utbildningen.

Pilotstudien genomfördes i två län, Västerbottens- och Västra Götalands län, år 2011 och utgjordes av totalt tvåtusen deltagare. NASP fick sedan ytterligare medel till att under 2013 genomföra en pilotstudie i syfte att pröva ungdomsversionen av MHFA som dels genomfördes i Stockholms län, dels i Jönköpings län.

Inom ramen för PRIO (psykisk ohälsa – plan för riktade insatser inom området psykisk ohälsa 2012–2016) slöt regeringen årliga breda överenskommelser med Sveriges Kommuner och Landsting, SKL (nuvarande Sveriges Kommuner och Regioner, SKR) inom psykisk ohälsa. Under ett antal år pågick två stora nationella satsningar, nämligen "Bättre liv för sjuka äldre" samt "Kraftsamling för psykisk hälsa". Under denna period framkom behovet av kunskap om äldres psykiska (o)hälsa, eftersom utbildningar saknades inom området. Efter godkännande från MHFA Australia kunde NASP få i uppdrag av SKL (numera SKR) att sammanställa en MHFA-Å version utifrån samma struktur och upplägg som ungdoms- respektive vuxenprogrammet. NASP kopplade även in Svenskt Demenscentrum för granskning/expertstöd och kunskapshöjning inom området.

Utvärderingar av samtliga tre program har genomförts av Centrum för evidensbaserade psykosociala insatser (CEPI) vid Lunds universitet. Utvärderingen av vuxenprogrammet har genomförts genom en randomiserad kontrollerad studie och en före- och efterstudie. Dessutom har sex fokusgrupper genomförts. Resultaten från studierna visar samstämmigt att för de som fullföljde studien kunde man se att utbildningen förbättrar kunskapen om hur man agerar och beter sig i kontakten med personer med psykisk ohälsa och att den höjer deltagarnas självförtroende när det gäller att hjälpa någon med psykisk ohälsa. En metaanalys har visat att MHFA har en positiv inverkan på deltagarnas beteenden, kunskaper och attityder till psykisk ohälsa

(Hadlaczky et al., 2013; Svensson et al., 2013)¹. Samma resultat visades för utvärderingen av ungdomsprogrammet där 2000 deltagare ingick i utvärderingen. I CEPI:s utvärdering av äldreprogrammet genomfördes en baslinjenkät för de 360 först deltagarna i MHFA-Ä med uppföljning 6 månader efter utbildningen. Resultatet visade också mycket bra resultat för äldreversionen.

MHFA Australien

Mental Health First Aid Australia är en nationell icke vinstdrivande organisation som utvecklar och utvärderar träningsprogram och utbildar instruktörer. Direktör Betty Kitchener och professor Anthony Jorm beslöt år 2000 att utveckla ett program med syftet att öka kunskap om psykisk ohälsa/psykisk hälsa i Canberra i Australien, till följd av det stora behovet av förbättrad kunskap inom området. Gradvis spreds dessa tankar över hela Australien och även vidare till andra länder. Tillsammans med flera europeiska länder och USA sammanställdes forskning med inriktning mot psykisk hälsa/ohälsa – varefter programmet MHFA utvecklades. Programmet är spritt över hela världen och genomförs i ett 30-tal länder, inklusive Sverige. I samtliga, av MHFA Australia godkända länder, är utbildningen noggrant undersökt både när det gäller innehållet som ingår och utvärderingar av dess effektivitet. Effekter av "Första hjälpen vid psykisk ohälsa" i Australien har utvärderats i fyra randomiserade kontrollerade studier och ett flertal icke kontrollerade studier. I programmet får deltagarna lära sig om tecken och symtom på vanliga och funktionsnedsättande psykiska problem, hur man kan ge Första hjälpen, var och hur man får professionell hjälp, vilken typ av hjälp som forskning har visat vara effektiv samt hur man kan ge Första hjälpen i en krissituation.

Britta Alin Åkerman

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention

¹ Hadlaczky G, Carli V, Hökby S, Wasserman D. Is Mental Health First Aid an Effective Public Health Intervention for Improving Attitudes, Knowledge and Behavior? A Meta-analysis. NASP's rapportserie, 2013:2.

Svensson B, Stjernswärd S, Hansson L. Utbildning i första hjälpen vid psykisk ohälsa. En effektstudie i två län. Centrum för Evidensbaserade Psykosociala Insatser (CEPI), 2013