

Forslag til regionens ønsker til praksisplan for psykologbehandling 2024

Indledning

Baggrund

Dette notat har til formål at formulere forslag til regionens ønsker til udviklingen af psykologbehandling i regionen i de kommende år. Notatet skal indgå som grundlag for de regionale repræsentanternes arbejde med praksisplan for psykologbehandling 2024.

Samarbejdsudvalget vedrørende psykologhjælp har den 7. februar 2023 drøftet overordnede ønsker til den kommende praksisplan og godkendt en tids- og procesplan for arbejdet.

Samarbejdsudvalget støtter regionens ønske om en enkel og fokuseret praksisplan med klare visioner for arbejdet i de kommende år inden for en række overordnede temaer. Med planen beskrives udfordringer og udviklingspotentiale i psykologpraksis, og der formuleres fælles målsætninger for arbejdet med disse. Nærmere konkretisering af målsætningerne og udvikling af indsatser og konkrete tiltag på baggrund af målsætningerne sker i den efterfølgende implementeringsperiode.

Formelle rammer for praksisplan for psykologbehandling

Praksisplanen er en regional udviklingsplan, der udarbejdes i henhold til overenskomsten for psykologbehandling. Praksisplanen omfatter alle praktiserende psykologer i Region Hovedstaden, som har tiltrådt overenskomsten.

Regionen udarbejder jf. overenskomsten en plan for tilrettelæggelsen af det fremtidige psykologtilbud i regionen.

Praksisplanlægningen danner grundlag for regionens beslutning om bl.a. behandlingskapacitet, placering af ydernumre, udviklingen i samarbejdet med øvrige sundhedstilbud og kvalitetsudvikling inden for rammerne i overenskomstperioden.

Regionen inddrager gennem en styregruppe, nedsat under samarbejdsudvalget, repræsentanter fra Dansk Psykolog Forening, i arbejdet.

Udkast til praksisplan drøftes i samarbejdsudvalget, og forelægges med samarbejdsudvalgets bemærkninger, til godkendelse i Regionsrådet.

Sammenhæng med den øvrige regionale sundhedsplanlægning

Praksisplan for psykologbehandling er en del af den samlede planlægning af sundhedsvæsenet i Region Hovedstaden. Praktiserende psykologer samarbejder med mange dele af det øvrige regionale sundhedsvæsen. Det er derfor vigtigt, at praksisplanen spiller sammen med det øvrige planlægnings- og udviklingsarbejde i regionen.

Sundhedsaftalen 2024-2027 er i høring frem til 9. juni 2023. Selvom aftalen ikke direkte omfatter psykologpraksis, vil aftalen mellem Region Hovedstaden, de 29 kommuner i regionen og almen praksis sætte rammen for udviklingen af samarbejdet mellem psykologpraksis' vigtige samarbejdspartnere i de kommende år. Det er derfor oplagt, at praksisplan for psykologbehandling, skeler til visionerne i sundhedsaftalen, og i relevant omfang skriver psykologpraksis ind i visionerne for samarbejdet på tværs af sundhedsvæsenet.

Sundhedsaftalen 2023-2027 har tre fokusområder:

- Sammen om børn og unges sundhed
- Sammen om borgere med psykisk sygdom
- Sammen om ældre og borgere med kronisk sygdom.

Der skal arbejdes med disse fokusområder i kraft af en række principper om:

- Samme høje kvalitet
- Borgernes perspektiv
- Effektiv ressourceudnyttelse
- Rekruttering og fælles kompetenceudvikling
- Klar opgave- og ansvarsfordeling
- Helhedssyn
- Sammenhængskraft
- Datadeling.

Med afsæt i oplægget 'Alle skal med - Region Hovedstadens arbejde med det nære og sammenhængende sundhedsvæsen' skal praksisplanen understøtte samarbejdet til øvrige dele af sundhedsvæsenet, samt sikre at psykologpraksis fortsat udvikles og tilpasses i takt med det øvrige sundhedsvæsen, for at sikre hensigtsmæssige, nære og sammenhængende forløb for patienterne. Det samme fokus har den øvrige praksisplanlægning, hvor det ligeledes er vigtigt at understøtte et tilgængeligt, nært og integreret sundhedstilbud til borgerne af høj kvalitet og med fokus på borgernes ønsker og behov.

Udviklingsarbejde i regi af overenskomst for psykologbehandling pr. 1. juli 2023

I regi af overenskomsten er der aftalt mange initiativer, som ligger fint i tråd med regionens hidtidige ønsker om udvikling på området. Det foreslås derfor, at det i forbindelse med arbejdet med praksisplanen søges at understøtte dette udviklingsarbejde. De initiativer i overenskomsten, der er mest relevante for praksisplanen, er fx satellitpraksis, nedbringelse af ventetider, etablering af gruppe- og databaseret kvalitetsmodel, systematisk efteruddannelse, fokus på psykologpraksis som del af det sammenhængende sundhedsvæsen, nedbringelse af administrative byrder for praktiserende psykologer, bedre vejledning til patienter og større brugervenlighed på sundhed.dk.

Forslag til perspektiver for praksisplan for psykologbehandling 2024

Kapacitet i psykologpraksis

Det er afgørende for den regionale kapacitetsplanlægning, at der afdækkes muligheder for et effektivt og tilstrækkeligt psykologtilbud til håndtering af den høje efterspørgsel på psykologhjælp. Det skal sikres, at der er ressourcer til, at de patienter, der har det største behov, får den nødvendige behandling. I Region Hovedstaden er der dog områder, som på grund af sin særlige geografiske beliggenhed er udfordrede i forhold til at tilbyde tilstrækkelig psykologbehandling til borgerne i området.

Implement's analyse af psykologordningen¹ dokumenterer et stort mørketal i forhold til henviste patienter. Der er formentlig en del patienter, der får en henvisning fra egen læge, men aldrig får startet et forløb i psykologpraksis. Ved at inddrage patienterne skal det belyses, hvordan patienten finder vej i sundhedsvæsenet til den rette behandler. Det er desuden vigtigt at afklare, hvilken viden om selv-hjælp, der er behov og mulighed for, i perioden fra borgeren er henvist i almen praksis til første behandlingssession. Dette med tanke på de høje ventetider, for at forebygge, at patientens tilstand forværres i løbet af ventetiden.

Kapacitetsplanlægning skal derfor løbende udvikles, så den er på forkant og understøtter en hensigtsmæssig fordeling af psykologkapaciteterne i hele re-

¹ <https://www.regioner.dk/top23/dokumenter/analyse-af-psykologordningen>

gionen. Samtidig skal regionen understøtte rekruttering således, at alle planlægningsområder har tilstrækkelig kapacitet.

Tilgængelighed i psykologpraksis

Regionen arbejder for at understøtte lighed i sundhed for alle borgere. På psykologområdet udgør egenbetalingen på 40 % dog en iboende udfordring for lighed i sundhed (den almindelige psykologordning), da brugerbetalingen risikerer at medføre, at dele af befolkningen ikke opsøger den psykologhjælp, de er berettiget til.

For de unge i alderen 18-24 år med angst eller depression, der henvises fra egen læge til en praktiserende psykolog, dækker det offentlige hele behandlingen (den vederlagsfrie psykologordning). Her udgør en begrænset national økonomisk ramme dog en barriere for de unges adgang til behandling.

Disse udfordringer kan kun i begrænset omgang løses regionalt.

Det er et vigtigt princip for Region Hovedstaden, at alle patienter i mødet med sundhedsvæsenet oplever et tilgængeligt behandlingstilbud, og at det er let for borgerne, at få kendskab til deres muligheder for behandling.

Sprogvanskeligheder og begrænsede forudsætninger for at navigere i sundhedsvæsenet kan i nogle tilfælde være en barriere for, at borgerne benytter sig af psykologhjælp, når de har behov for det. For at understøtte lighed i sundhed, kan regionen arbejde for at gøre information om tilbud om psykologbehandling mere tilgængeligt for alle borgere.

Overenskomsten regulerer kravene for tilgængelighed til psykologpraksis for borgere med funktionsnedsættelse. For at understøtte tilgængeligheden skal der også i den kommende praksisplan arbejdes for at udbrede tilslutningen til det gratis rådgivningstilbud 'God Adgang'. God Adgang ordningen medvirker til at skabe gennemsigtighed for borgerne om adgang til klinikken og kan derudover rådgive psykologen i forbedring af tilgængeligheden til praksis, fx i forbindelse med flytning og ombygning.

Nye organisations- og behandlingsformer i psykologpraksis

Der er i den nye overenskomst aftalt, at regionen kan tillade 'satellitpraksis' med det formål at sprede kapaciteten geografisk ud og dermed sikre et nært tilbud om psykologbehandling i områder, hvor det ellers er vanskeligt at sikre kapacitetsdækning, fx i tyndt befolkede områder. Ved satellit praksis kan regionen stille fx lokaler og faciliteter til rådighed mod, at psykologen betaler et nærmere aftalt bidrag.

Internetbaseret terapi kan også være en del af løsningen i områder, hvor dækning er vanskeligt at etablere på anden måde, da psykologhjælpen dermed

ikke er geografisk bundet på samme måde som ved samtaleterapi med fremmøde.

Internetbaseret terapi bør dog ikke udelukkende være en mulighed ved vanskeligheder med kapacitetsdækning. For nogle borgere, fx borgere som har svært ved at møde op i praksis, kan internetbaseret behandling være et bedre alternativ. Også 'Internetpsykiatrien', som via regionen tilbyder internetbaseret terapi for let til moderat angst og depression, peger desuden på, at den digitale terapiform er en anerkendt behandlingsform og kan være lige så effektiv som samtaleterapi ved fremmøde.

For at understøtte, at psykologpraksis kan favne alle patienttyper, skal regionen blandt andet arbejde for at udbrede internetbaseret terapi som et alternativ til fremmødebehandling, når det er gavnligt og relevant.

Det bør desuden sikres, at der er et tilstrækkeligt udbud af psykologer, der tilbyder hjemmebehandling til de patienter, hvor hverken fremmøde behandling eller internetbaseret behandling er relevant.

For at en psykologpraksis skal kunne understøtte patientens behov på bedste vis, er der samtidig behov for at nytænke organisationsformerne i psykologpraksis, så der etableres bedre forudsætninger for at behandle patienter i fx åbne gruppebehandlingsforløb i samarbejde med en anden psykolog, eller i praksisfællesskaber med øvrige ydere i det nære sundhedsvæsen. Nye mere visionære 'organisationsformer' kan også bestå i, at udvalgte behandlingsformer varetages i regionsklinikker. Det er sundhedsloven, der regulerer, at offentlig psykologhjælp er betinget af, at behandlingen ydes af en psykolog, der har tilsluttet sig den gældende overenskomst. Regionsklinikker forudsætter dermed en ændring af eller dispensation fra sundhedsloven for at kunne implementere regionsklinikker med psykologhjælp.

Forslag til perspektiver vedrørende kapacitet og tilgængelighed

- *Regionen skal fremme lighed i sundhed for alle borgere med en henvisning til psykologbehandling, og sikre en behandling af høj kvalitet tæt på patienternes hverdag.*
- *Regionen skal udvikle og understøtte udbredelsen af internetbaseret terapi til egnede patienter, der ønsker denne form for psykologbehandling.*
- *Regionen skal nytænke organisationsformer, så de understøtter patientens behov for forskellige behandlingsformer.*
- *Regionen skal understøtte, at psykologerne tilbyder et tilgængeligt behandlingstilbud for alle patienter med funktionsnedsættelse eller behov for hjemmebehandling.*

- *Regionen skal undersøge og inddrage patienterne i forhold til at sikre, at regionen har et psykologtilbud, som patienten intuitivt kan navigere rundt i.*

Psykologpraksis i det sammenhængende sundhedsvæsen

Med udgangspunkt i regionens samlede sundhedsplanlægning, herunder sundhedsaftalen, 'Alle skal med' og den øvrige praksisplanlægning, skal praksisplanen for psykologhjælp have fokus på psykologens rolle i det nære og sammenhængende sundhedsvæsen. Det er væsentligt, at psykologen ser sig selv som en del af patientens samlede forløb. I et sammenhængende sundhedsvæsen skal det være fagpersoner, der deler relevant viden med hinanden og sparrer om behandlingen, når det er nødvendigt. Relevante samarbejdspartner for psykologer er den praktiserende læge i almen praksis, psykiatere i praksis og på hospital samt kommunale aktører såsom fx jobcentre.

Kommunikation er afgørende i et sammenhængende sundhedsvæsen. For at kommunikere sikkert om patientens behandlingsforløb skal psykologerne kende og følge retningslinjerne for kommunikation via MedCom-standards såsom epikriser til almen praksis. Kommunikation er afgørende i et sammenhængende sundhedsvæsen. Den store udskiftning af psykologer i regionen nødvendiggør en fortsat og løbende implementering af retningslinjerne for epikriser til almen praksis. De praktiserende psykologer skal desuden kende til den kommunale indgang for kommunikation og kende til modtagerens informationsbehov.

For de patienter, som har mange behandlere og komplicerede behandlingsforløb, er samarbejdet med psykiatri og almen praksis ekstra vigtigt for at sikre, at der tilbydes den bedste behandling for patienterne. Der skal sikres let og sikker adgang til viden, hvor sundhedsprofessionelle skal have relevante oplysninger i patientforløb og adgang til specialistrådgivning og dialog i hverdagen.

Et sammenhængende sundhedsvæsen skal ikke kun fokusere på behandling, og derfor har regionen et fokus på forebyggelse. Det er imidlertid også vigtigt at fokusere på sekundær forebyggelse – at forebygge at patienters tilstand forværres. For patienter med psykisk sygdom er der risiko for forværring af nuværende sundhedstilstand som konsekvens af de lange ventetider og de specifikke krav, der stilles i de forskellige sektorer, som giver adgangsret til behandling.

Derudover kan der være en problematik med patienter, der tabes i gråzoner – mellem sektorer. Udfordringen er gældende for eksempelvis borgere med langvarigt stress, som ikke er berettiget til psykologbehandling, men er i risiko for at udvikle depression eller angst, da *"... angst og depression er nært be-*

slægtede og hænger ofte sammen med stress. Lidelserne kan være med til at udløse hinanden, og de kan udløse anden psykisk sygdom.² For disse stress-patienter bliver den eneste vej mod et psykologbehandlingstilbud, når deres sundhedstilstand forværres med angst og eller depression. Dette er uholdbart både for patient eller sundhedsvæsenet.

Forslag til perspektiver vedrørende det sammenhængende sundhedsvæsen

- *Regionen skal styrke psykologpraksis' rolle i det nære og sammenhængende sundhedsvæsen.*
- *Regionen skal skabe forudsætningerne for, at psykologpraksis kan samarbejde om patienten med behandlere i praksissektoren, hospitalssektor og de kommunale aktører, hvor det er relevant, samt bidrage til relevant tværsektorielle kommunikation.*
- *Regionen skal understøtte, at psykologpraksis bidrager til relevant tværsektoriel kommunikation herunder særligt med almen praksis.*
- *Regionen skal have fokus på sekundær forebyggelse ved at forebygge, at patienters sundhedstilstand forværres på grund af ventetid. Derudover skal det belyses, hvordan regionen kan afprøve fleksible muligheder for psykologbehandling så det undgås, at patienter tabes i gråzoner, mellem sektorer.*

Kvalitetsudvikling i psykologpraksis

Praksisplanen skal beskrive, hvordan der skal arbejdes med den fortsatte kvalitets- og kompetenceudvikling i psykologpraksis.

Det er vigtigt, at regionen medvirker til, at ny viden inden for psykologområdet formidles ved temamøder, kurser og fyraftensmøder. Dette understøtter psykologerne i at yde en behandling af høj kvalitet, som sikrer borgeren den bedst mulige hjælp. Dette betyder yderligere et fokus på at understøtte psykologerne i rapportering og læring af utilsigtede hændelser i psykologpraksis, med henblik på at arbejde aktivt med patientsikkerhed.

Et fokus ligger dog ikke kun i at understøtte psykologen i at yde en effektiv behandling. Der mangler viden om behandlingseffekten i psykologpraksis, som skal undersøges for at kunne skabe et grundlag for effektmåling i psykologpraksis. Den patientoplevede kvalitet skal anvendes på lige fod med valide-

² <https://psykiatrifonden.dk/diagnoser/angst>

rede spørgeskemaer og samlet bidrage til at evaluere på kvaliteten af behandlingsforløbet.

Data skal ikke kun anvendes som en kilde til forståelse af patientforløbet på tværs af sektorer og dermed styrke det nære sundhedsvæsen. Data skal opleves som et redskab for psykologerne til at vurdere kvaliteten i egen praksis. Yderligere kan data anvendes til opstart af projekter med nye behandlingsformer, som dermed kan danne et solidt vidensgrundlag i udvikling af psykologtilbud af høj kvalitet.

Der vil desuden fortsat skulle arbejdes med at sikre indberetning og læring af utilsigtede hændelser i psykologpraksis, med henblik på at styrke og arbejde aktivt med patientsikkerhed.

Et andet fokus er den store bekymring for den nuværende ungdomsgeneration, hvor mange mistrives. Her skal regionen understøtte vigtigheden i, at både patient og pårørende involveres i psykologbehandling. Når der opstår psykisk sygdom eller krise, påvirkes ikke kun patienten men også den nære familie. Regionen skal understøtte, at gruppebehandling anvendes til familier, som ønsker og har behov for denne terapiform.

Forslag til perspektiver vedrørende kvalitet

- *Regionen skal medvirke til, at psykologpraksis kender til ny viden inden for psykologområdet, og at denne viden bliver en del af behandlingen i psykologpraksis.*
- *Regionen skal i samarbejde med de praktiserende psykologer indtænke og benytte data, som en kilde til forståelse af patientforløbet på tværs af sektorer og dermed styrke det nære sundhedsvæsen og effekten af psykologbehandling.*
- *Regionen skal understøtte både patient og pårørende i tilbud om gruppebehandling, da psykisk sygdom og krise ikke kun indvirker og påvirker patienten, men også den nære familie.*
- *Regionen skal understøtte rapportering og læring af utilsigtede hændelser i psykologpraksis med henblik på at arbejde aktivt med patientsikkerhed.*