

Landstingsstyrelsens förslag till beslut

Motion 2005:8 av Birgitta Rydberg m fl (fp) om vårdprogram för personer med sömnproblem

Föredragande landstingsråd: Inger Ros

Ärendet

Motionärerna föreslår att ett vårdprogram utarbetas kring sömnstörningar.

Förslag till beslut

Landstingsstyrelsen föreslår landstingsfullmäktige besluta

att avslå motionen.

Landstingsstyrelsen har för egen del beslutat *att* uppdra åt FORUM att genomföra en systematisk genomgång av metoder för samtalsstöd och behandling vid olika tillstånd relaterade till sömnstörningar

Sömnstörningar kan ha många olika orsaker, alltifrån stress till ett antal somatiska och psykiatriska sjukdomar. Det är vanskligt att utifrån dagens kunskap förorda en viss behandlingsmetod. Samtidigt behövs ett ökat kunskapsstöd för främst primärvården och en ökad kännedom om vilka metoder som finns att tillgå vid olika typer av sömnstörningar.

En genomgång av metoder och behandling skall först göras som ett led i förbättrat kunskapsstöd till vården. När denna genomgång gjorts finns ett bättre underlag för ställningstagande till om särskilda vårdprogram eller behandlingsriktlinjer bör utarbetas.

Bilagor

- 1 Motion
- 2 Landstingsdirektörens tjänsteutlåtande

Behandling i landstingsstyrelsen

Landstingsrådsberedningen behandlade ärendet den 7 juni 2006.

Landstingsstyrelsen behandlade ärendet den 20 juni 2006.

Vid behandlingen i landstingsstyrelsen yrkades bifall dels till landstingsrådsberedningens förslag, dels till m-, fp- och kd-ledamöternas förslag.

Landstingsstyrelsens beslut fattades utan omröstning.

M-, fp- och kd-ledamöterna reserverade sig:

”Landstingsstyrelsen föreslås föreslå landstingsfullmäktige besluta att uppdraga åt FORUM att genomföra en systematisk genomgång av metoder för samtalsstöd och behandling vid olika tillstånd relaterade till sömnstörningar, att i övrigt bifalla motionen.

Sömnstörningar har ökat kraftigt de senaste åren. Många människor rapporterar att de har långvariga sömnproblem. Det kan vara en inkörsport till stressrelaterad ohälsa som i sin tur kan leda till långa sjukskrivningar.

Idag finns effektiva behandlingsmetoder för de patienter som får andningsuppehåll under sömnen (apné).

En annan lämplig behandlingsmetod för att hjälpa patienten hantera sina sömnproblem kan vara stödsamtal med kognitiv inriktning. Sådan behandling kan med fördel ges vid husläkarmottagningar.

För att öka möjligheterna för de patienter som har sömnstörningar att få hjälp måste ett vårdprogram tas fram. Ett första steg bör vara att FORUM ges i uppdrag att göra en genomgång av de metoder som finns för samtalsstöd och behandling vid sömnstörningar. Med denna kunskapsgenomgång som bas kan ett vårdprogram utarbetas.”

Ärendet och dess beredning

Birgitta Rydberg m fl (fp) har i en motion (bilaga), väckt den 8 februari 2005, föreslagit landstingsstyrelsen föreslå landstingsfullmäktige besluta *att* landstinget utarbetar ett vårdprogram kring sömnstörningar och hur de ska behandlas.

Utskottsbehandling

Hälso- och sjukvårdsutskottet har den 6 december 2005, enligt landstingsdirektörens förslag, föreslagit landstingsstyrelsen *att* avge yttrande enligt direktörens synpunkter i utlåtandet (bilaga).

M- och fp-ledamöterna reserverade sig till förmån för sitt förslag att bifalla motionen.

Motionen

Sömnstörningar har ökat kraftigt det senaste årtiondet. Detta har med all sannolikhet sin bakgrund i stora förändringar i arbetslivet. Konflikter mellan krav i arbetsliv och privatliv samt brist på kontroll har stor betydelse.

För många människor innebär ökade krav att de har svårt att somna in, har uppvaknanden under natten eller är dåligt utvilade efter nattvilan.

Självrapporterade sömnproblem har ökat bland kvinnor från tolv procent till 24 procent. Ökad användning av sömnmedel följer samma mönster.

Långvariga sömnproblem är en inkörsport till stressrelaterad ohälsa, vilket i förlängningen kan leda till utmattningstillstånd med långa sjukskrivningar som följd.

Allt mer forskning pekar på att störningar i djupsömnen har fysiologiska effekter, när cellnybildning störs av dålig återhämtning.

I dag finns effektiv hjälp för patienter med andningsuppehåll, s k apnéer i sömnen. Men för andra mer "vanliga" sömnstörningar erbjuds ingen annan hjälp än sömnmedel och i vissa fall sjukskrivning.

Det behövs stöd till främst husläkarmottagningar, så de kan erbjuda effektiv behandling. Detta kan lämpligen ske genom stödsamtal med kognitiv inriktning. Denna inriktning hjälper patienter att hantera sina sömnproblem. Metodiken med kognitivt samtalsstöd bör kunna erbjudas patienter, som söker husläkaren. Det kan ske antingen genom att mottagningen har egen verksamhet eller att patienten får en remiss till en person, som ha insatser med denna inriktning.

För att öka möjligheterna till hjälp för dem som har sömnstörningar, bör ett vårdprogram tas fram inom det medicinska programarbetet. Behandlingsriktlinjer bör lämnas.

Vi föreslår att landstingsfullmäktige beslutar

att landstinget utarbetar ett vårdprogram kring sömnstörningar och hur de ska behandlas.

Stockholm den 8 februari 2005

Birgitta Rydberg

Anita Hagelbeck

Cecilia Carpelan

Lena Huss

Christina Berlin

Gunilla Thorsson

Maria Piotrowski Halkiewicz

Landstingsdirektörens tjänsteutlåtande

Förvaltningens synpunkter

Sömnstörningar kan ha många orsaker, alltifrån vardagslivets stress till ett stort antal somatiska och psykiatriska sjukdomar. Det är därför vanskligt att ange någon generell behandlingsmetod. Aktuell forskning ger stöd för ökad användning av kognitiv samtalsbehandling vid främst ej somatiskt betingade sömnstörningar.

Primärvårdens insatser för personer med sömnproblem

Som motionären framhåller är det i första hand inom primärvården som patienter med sömnproblem tas om hand. Primärvården har under senare år fått ökad tillgång till kuratorer och i vissa fall psykologer. Denna psykosociala kompetens har visat sig fylla ett stort behov. Hälso- och sjukvårdsutskottet har vid sammanträde den 30 augusti 2005 fastställt uppdragsbeskrivning för psykosociala insatser i primärvården. Av denna framgår att vårdgivaren ska erbjuda bl a stödjande och behandlande samtal och att sådana insatser kan erbjudas patient vid stressrelaterade tillstånd. Den personal som arbetar med dessa insatser ska ha erforderlig beteendevetenskaplig kompetens och utbildning. Det är vårdgivaren som ansvarar för att personalens kompetens vidmakthålls och utvecklas så att kvalitén i insatserna tillgodoses.

Kunskapsstöd för primärvården

De olika personalgrupperna i primärvården kan behöva ett kunskapsstöd i sitt arbete med patienter med sömnstörningar. Med hänsyn härtill bör en systematisk genomgång göras av *metoder för samtalsstöd och behandling vid olika tillstånd* som ångest, depression, stress och missbruk (ofta i sig inkluderande sömnproblem) som i det dagliga arbetet kan användas av husläkare, distriktssköterskor och annan personal i primärvården. Det finns evidens för såväl kognitiva som dynamiska metoder och blandformer av dessa. FORUM är en lämplig uppdragstagare för en sådan systematisk genomgång. När denna genomgång gjorts finns ett bättre underlag för ställningstagande till om särskilda vårdprogram eller behandlingsriktlinjer bör utarbetas för olika kategorier av patienter med sömnproblem.