

Psykiatriaftalen 2025 – er der håb om behandling til alle OCD-ramte?

Af METTE OLESEN

Projektleder OCD-foreningens pårørendekurser og telefonrådgiver



I maj måned indgik regeringen sammen med en række partier "Aftale om en samlet 10-årsplan for psykiatrien 2020-2030". Aftalen indeholder blandt andet elementerne nedenfor:

- Flere skal behandles tidligt og tættere på.
- Behandlingskvaliteten skal løftes, og ventetiderne nedbringes.
- Patienterne skal opleve mere sammenhængende forløb.
- Psykiatrien skal være en tryk og attraktiv arbejdsplads.

OCD er kun nævnt som en tillægslidelse

Psykiatriaftalen indeholder mange gode elementer – blandt andet den tidlige indsats, som længe har stået på OCD-foreningens ønskeseddel. Ved umiddelbar gennemlæsning står det dog ikke klart, hvordan OCD-ramte indgår i aftalen.

For mens diagnoseområderne ADHD, autisme og angst er nævnt adskillige gange i psykiatriaftalen, er OCD kun nævnt som en ekstra udfordring, som kan optræde i forbindelse med ADHD og autisme.

Spørgsmål og svar fra sundhedsministeren

For at få afklaret, hvordan den specialiserede, terapeutiske behandling, der er så afgørende for OCD-ramte, er indtænkt i psykiatriaftalen, sendte vi derfor i april en henvendelse med spørgsmål til sundhedsministeren.

Vi fik blandt andet i svaret fra ministeren afklaret, at de initiativer, der er i aftalen omkring børn og unge med symptomer på psykisk lidelse, inkluderer børn og unge med en mild grad af OCD, og at initiativerne for unge mellem 18 og 24 år med symptomer på angst og depression inkluderer unge med let til moderat OCD.

”OCD-foreningen ser frem til, at den terapeutiske behandling for OCD hos ydernummerpsykologer overgår til regionerne. Den nuværende ordning sikrer nemlig ikke et tilstrækkeligt antal psykologer med ydernummer, der er specialiserede i terapeutisk OCD-behandling, fordi psykologer med ydernummer ikke kan specialisere sig, men skal tage imod alle typer af patienter.

OCD-behandling kræver specialisering

Vi gjorde i henvendelsen ministeren opmærksom på, at OCD er en lidelse, som kræver specialiseret terapeutisk behandling. Den evidenssikrede behandling mod OCD er specialiseret kognitiv adfærdsterapi, det vil sige terapeutisk behandling – eventuelt suppleret med medicinsk behandling.

Det billede, der tegner sig, af de henvendelser, der indgår til OCD-foreningen, viser, at kun de mest komplekse tilfælde af OCD

opnår behandling i sygehuspsykiatrien i den nuværende organisering. De OCD-ramte, der tilbagevises eller afvises i sygehuspsykiatrien/behandlingspsykiatrien, henvises til udredning og behandling i den såkaldte ”primærsektor”, hvilket vil sige privatpraktiserende psykiatere, psykologer og kommunale indsatser.

Det er meget få psykiatere, der kan lede et terapeutisk behandlingsforløb mod OCD med kognitiv adfærdsterapi, og der er heller ikke et tilstrækkeligt antal privatpraktiserende psykologer med ydernummer, som er specialiserede i behandling af OCD-ramte.

Fra kommunal side tilbydes heller ikke specialiseret behandling for OCD, og det betyder i mange tilfælde, at de OCD-ramte, der ikke opnår behandling i sygehuspsy-

kiatrien, ikke bliver udredt og selv må finde og betale for behandling hos psykologer uden ydernummer. Det kan mange ikke overskue eller har ikke råd til.

Alle OCD-ramte burde kunne få behandling umiddelbart

Det er OCD-ramte med let til moderat OCD, der bliver afvist i sygehuspsykiatrien. Men hvis ikke OCD udredes og behandles, bliver lidelsen til svær OCD, og når den OCD-ramte kommer tilbage til sygehuspsykiatrien med en svær

OCD, kræver det øget behandlingstid og fører på den måde til menneskelige og økonomiske omkostninger. Derudover er der også tilfælde, hvor de OCD-ramte ikke længere er modtagelige for terapeutisk behandling.

OCD er med andre ord så kompleks en lidelse, at alle OCD-ramte umiddelbart burde være berettigede til såvel terapeutisk som medicinsk behandling uden selv at skulle finde frem til behandlingen eller selv at skulle betale for den.

Lettigængelige behandlingstilbud til børn og unge mellem 6 og 17 år

Spørgsmålet er, om psykiatriaftalen peger i den rigtige retning i forhold til det ønske. I svaret fra sundhedsministeren står der, at der med den nye aftale er afsat et trefiret millionbeløb til at styrke og videreudvikle det lettigængelige kommunale behandlingstilbud:

”Det lettigængelige behandlingstilbud har til formål at skabe en samlet indgang til ensartet udredning og behandling i kommunerne til børn og unge i alderen 6 til 17 år i psykisk mistrivsel og/eller med symptomer på psykisk lidelse, herunder børn og unge med symptomer på en mild grad af OCD. Behandlingen i tilbuddet skal baseres på evidensbaserede/dokumenterede indsatser og manualer.”

”Derudover har regionerne en sparrings- og rådgivende funktion i tilbuddet og kan inddrages i forløb, hvor børn eller unge udviser symptomer på moderat til svær OCD, med henblik på at fastlægge det videre forløb for barnet eller den unge.”

Fra OCD-foreningen har vi i vores gensvar til ministeren skrevet, at vi forstår det sådan, at børn og unge med let OCD vil kunne behandles terapeutisk inden for rammerne af disse tilbud, og at OCD-ramte med moderat til svær OCD via tilbuddet vil kunne henvises til behandling i sygehuspsykiatrien. OCD-foreningen vil følge implementeringen af dette nøje. Det bliver her afgørende, at indgangen til at få hjælp til OCD-ramte børn og unge bliver ensartet og entydig, og at der er tilstrækkelig kapacitet, så der kan gives terapeutisk behandling af specialiserede OCD-behandlere inden for en overskuelig tid – uanset om det er inden for det lettigængelige tilbuds rammer eller i sygehuspsykiatrien.

Ret til hurtig behandling for unge mellem 18 og 24 år med let til moderat OCD

I aftalen nævnes en ny patientret til hurtig behandling, hvor unge mellem 18 og

AFTALE OM EN SAMLET 10-ÅRSPLAN FOR PSYKIATRIEN

2020-2030



Aftalen om en samlet 10-års plan for psykiatrien blev offentliggjort den 19. maj 2025. Bag aftalen står Regeringen, Danmarksdemokraterne, Socialistisk Folkeparti, Liberal Alliance, Det Konservative Folkeparti, Enhedslisten, Dansk Folkeparti, Radikale Venstre og Alternativet.

24 år får ret til hurtig behandling for angst og depression – herunder som nævnt OCD. Nedenfor er uddrag af det, der står i psykiatraftalen om den nye rettighed med udvalgte fremhævelser:

"I dag tilbydes unge mellem 18 og 24 år med angst og depression vederlagsfri psykologbehandling efter henvisning fra egen læge som en del af psykologordningen..... Aftalepartierne er enige om at lade ansvaret for behandlingen uden egenbetaling for de 18-24-årige med let til moderat angst og depression overgå fra psykologpraksis med ydernummer til regionerne. Samtidig får målgruppen som noget nyt en ret til hurtig behandling. Hvis regionen ikke kan tilbyde behandling inden for 30 dage, vil målgruppen få ret til at modtage behandling hos et privat alternativ."

OCD-foreningen ser frem til, at den terapeutiske behandling for OCD hos ydernummerpsykologer overgår til regionerne. Den nuværende ordning sikrer nemlig ikke et tilstrækkeligt antal psykologer med ydernummer, der er specialiserede i terapeutisk OCD-behandling, fordi psykologer med ydernummer ikke kan specialisere sig, men skal tage imod alle typer af patienter.

OCD-foreningen vil følge implementeringen af dette nøje. Det bliver her afgørende, at der bliver mulighed for specialiseret, terapeutisk behandling, og at der kan vælges mellem et tilstrækkeligt antal privatpraktiserende psykologer, der er specialiserede i OCD-behandling. Særlig interessant bliver det at følge med i:

- Hvilke "private alternativer", der bliver mulighed for at vælge i de forskellige regioner?
- Hvordan de forskellige regioner vil sikre, at der blandt de psykologer, der kan vælges imellem, er kapacitet nok og mulighed for specialiseret terapeutisk behandling for OCD-ramte?
- Hvordan regionerne vil udmønte ordningen i praksis – f.eks. om de OCD-ramte i alle tilfælde får tilbudt terapeutisk behandling og får tilstrækkelig mulighed for og vejledning i forhold til at finde en behandler, der er specialiseret og erfaren i forhold til OCD-behandling og har en overskuelig ventetid.

Også OCD-ramte over 24 år har behov for terapeutisk behandling og genbehandling

I psykiatraftalen – og i samfundet i det hele taget – er der forståeligt nok stor fokus på hjælp til børn og unge, som mistrives eller har psykiske lidelser. OCD-foreningen har imidlertid gjort sundhedsministeren opmærksom på, at lidelsen OCD ofte først for alvor viser sig senere end i 24-års alderen, og at rigtig mange OCD-ramte får behov for terapeutisk genbehandling – også som voksne.

Det er afgørende for OCD-foreningen, at der også sikres en tidlig indsats for OCD-ramte, hvor sygdommen viser sig, efter de er blevet 24 år, og at OCD-ramte, der har været i såvel terapeutisk som medicinsk behandling, sikres opfølgning på behandlingen og mulighed for genbehandling.

Hvad er en lokalgruppe, og hvad er en selvhjælpsgruppe?

Af MADS MILLNER NIELSEN
Frivilligkoordinator



Lokalgrupper og selvhjælpsgrupper har gennem mange år været centrale aktiviteter i OCD-foreningen, men hvad er det lige, de to grupper kan tilbyde, og hvad er forskellen på dem? Det er spørgsmål, vi jævnligt støder på, så her en kort forklaring på de to gruppetyper.

Lokalgrupper

Lokalgrupperne er både for OCD-ramte og pårørende. Formålet med møderne er dels, at alle får viden om OCD og behandlingsmulighederne, dels at træffe andre, der har OCD inde på livet, så man derigennem kan udveksle erfaringer og støtte hinanden. Der er ingen tilmelding. Du møder bare op og vil blive taget godt imod af den lokale kontaktperson, der selv er OCD-ramt eller pårørende.

Tidspunkt og sted finder du i aktivitetskalenderen i OCD-Nyt og på vores hjemmeside ocd-foreningen.dk. Klik på "Kalender", og de forskellige grupper kommer frem med mødetider og steder. Der vil være lidt sødt og noget at drikke til møderne.

Hvis du vil høre mere om en lokalgruppe nær dig, er du velkommen til at kontakte den lokale kontaktperson. Du kan se på hjemmesiden, om der er en gruppe i dit område. Klik på "Om OCD-foreningen" og "Regioner", hvor du finder kontaktinfo på de enkelte grupper. Du er også velkommen til at kontakte frivilligkoordinator Mads Millner Nielsen, mads.nielsen@ocdforeningen.com, tlf. 2088 8769 mandag, onsdag og torsdag, kl. 9-11.

Selvhjælpsgrupper

Selvhjælpsgrupperne er for OCD-ramte og ledes af to psykologistuderende, som minimum er på fjerde semester på studiet, og som har fået supervision af en psykolog med speciale i OCD.

Formålet med grupperne er at give deltagerne nyt mod til at komme videre ved at møde ligesindede og finde ud af, at de ikke er alene med deres OCD-lidelse. I grupperne yder man hinanden støtte og omsorg, lægger et lyttende øre til hinanden og bakker hinanden op i den enkeltes rejse mod recovery med afsæt i faglig kompetent og empatisk støtte fra de psykologistuderende.

Grupperne kører i et halvt til et helt år ad gangen. På hjemmesiden under "Vi tilbyder" kan du se, hvilke grupper, der tilbydes og hvilken mailadresse, du skal skrive til, hvis du ønsker at deltage i en gruppe.

Det er vores erfaring, at både selvhjælpsgrupper og lokalgrupper er en stor gevinst for OCD-ramte.