



RAPPORT

Tur eller skicklighet om du får träffa en psykolog?

Av: Maria Enggren Zavisic

Sammanfattning

Var i landet du bor ska inte avgöra om du får träffa en psykolog om du söker vård. Alla ska ha rätt till jämlik hälso- och sjukvård. Men är det så?

Allt fler söker vård för psykisk ohälsa och varannan långtidssjukskrivning beror på psykiska diagnoser. Ändå kan det vara svårt att få rätt vård och behandling. Två av Sveriges Psykologförbundets tidigare vårdcentralundersökning (2011 och 2015) visar att det saknas psykolog på var tredje vårdcentral. SIFO har på uppdrag av Sveriges Psykologförbund ställt sex frågor om tankar kring att söka vård vid lindrig eller måttlig psykisk ohälsa till en webbpanel bestående av cirka 1000 personer. Frågorna ställdes under perioden 10 - 14 maj 2019.

Svaren redovisas i följande rapport.

Sammanfattningsvis kan sägas att majoriteten skulle vända sig till primärvården. Vissa kan tänka sig att vända sig till ett privat alternativ eller till företagshälsovården. Nätpsychologernas roll har inte slagit igenom i svaren, men förekomsten är förhållandevis ny. Var tionde svarar även att de inte vet var de skulle vända sig.

Det råder delade meningar om hur man tror att primärvården skulle kunna erbjuda tillräcklig vård och behandling. Hälften tror att de kan och den andra hälften är mer tveksam. En del sökte därför inte vård och angavs som anledning bland annat att de inte visste var de skulle vända sig, och så många som var tredje trodde sig inte kunna få någon bra vård eller behandling. Några uppgav svårigheter att öppna sig för främmande människor som en återhållande faktor.

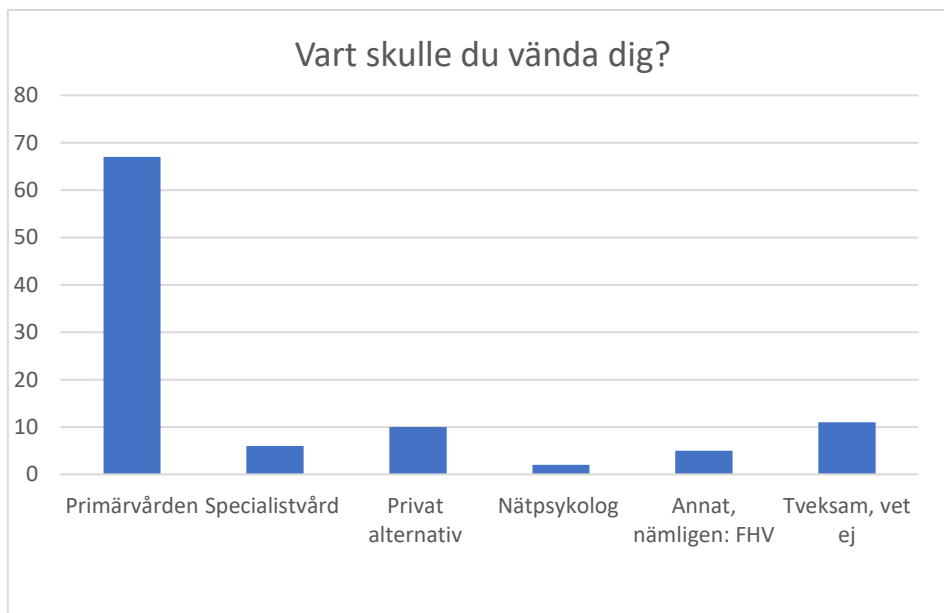
Vilken profession vill man helst träffa då man söker vård? Majoriteten svarar psykolog och därefter läkare. Det syns tydliga skillnader mellan kvinnor och män, då kvinnor föredrar psykolog och männen hellre träffar en läkare. Det blir än mer tydligt i de högre åldersgrupperna.

Några få fick träffa en psykolog inom tre dagar, medan var femte fick vänta på ett besök upp till en månad och lika många fick vänta längre än en månad. Viktigt att notera är att hälften inte fick träffa någon psykolog överhuvudtaget.

Fråga 1.

Oavsett hur du mår idag, om du under det kommande året skulle drabbas av lindrig/måttlig psykisk ohälsa (t ex ångest, lindrig-medelsvår depression eller utmattningssyndrom), vart skulle du i första hand vända dig?

- Primärvården (vårdcentral och motsvarande)
- Specialistvård
- Privat alternativ
- Nätpsikolog (t ex Kry, Minder m fl)
- Annat, nämligen:
- Tveksam, vet ej



Kommentar: Majoriteten (67 procent) av befolkningen skulle vända sig till primärvården eller motsvarande. 10procent skulle välja ett privat alternativ och så många som 20 procent av männen i åldersgruppen 30 - 49 år skulle fördra ett privat alternativ. Av de 5procent som svarat annat alternativ utgörs detta i stor utsträckning av företagshälsovård. Här utmärker sig gruppen män i åldern 18 - 29 år då så många som 15 procent väljer ett annat alternativ. Anmärkningsvärt är även att så många som var tionde svara att det är tveksamma eller inte vet.

Fråga 2.

I vilken utsträckning tror du att primärvården (dvs vårdcentraler och motsvarande) kan erbjuda tillräcklig vård för att behandla lindrig/måttlig psykisk ohälsa (t ex ångest, lindrig-medelsvår depression eller utmattningssyndrom)?

- Mycket låg utsträckning
- Ganska låg utsträckning
- Varken eller
- Ganska hög utsträckning
- Mycket hög utsträckning
- Tveksam, vet ej

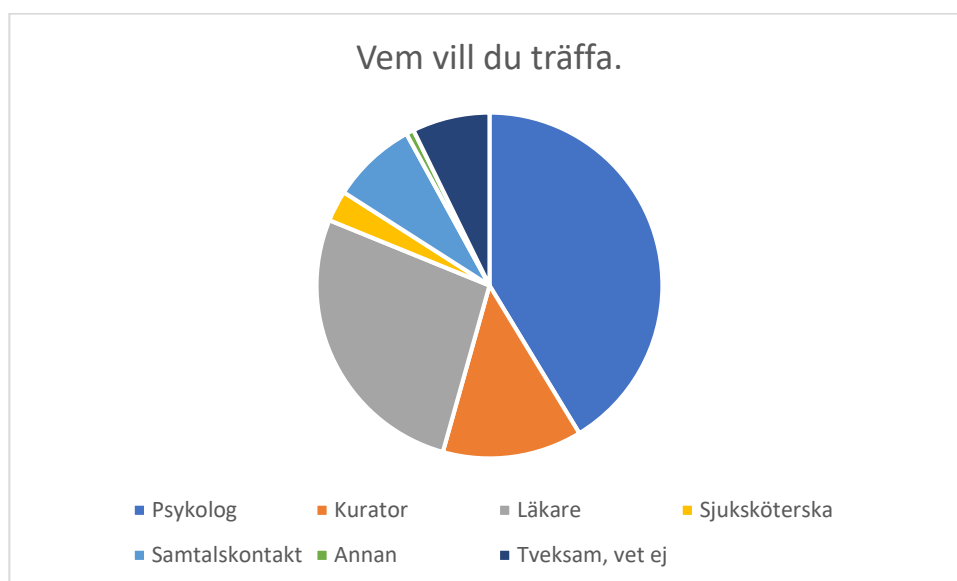


Kommentar: Svaren fördelar sig mycket jämt mellan de som är positiva och de som är negativa. Det är dock få som tror att primärvården i mycket hög utsträckning kan erbjuda tillräcklig vård och behandling (4 procent). En femtedel tror varken eller och 10 procent vet ej, eller är tveksamma. Det råder ingen större skillnad mellan kvinnor och män, men i de yngre åldersgrupperna är något fler positiva.

Fråga 3.

Om du skulle vända dig till primärvården (dvs vårdcentraler och motsvarande) för att du drabbats av lindrig/måttlig psykisk ohälsa (t ex ångest, lindrig-medelsvår depression eller utmattningssyndrom). Vem skulle du helst vilja träffa? Fler svar möjliga.

- Psykolog
- Kurator
- Läkare
- Sjuksköterska
- Samtalskontakt
- Annan, nämligen:
- Tveksam, vet ej



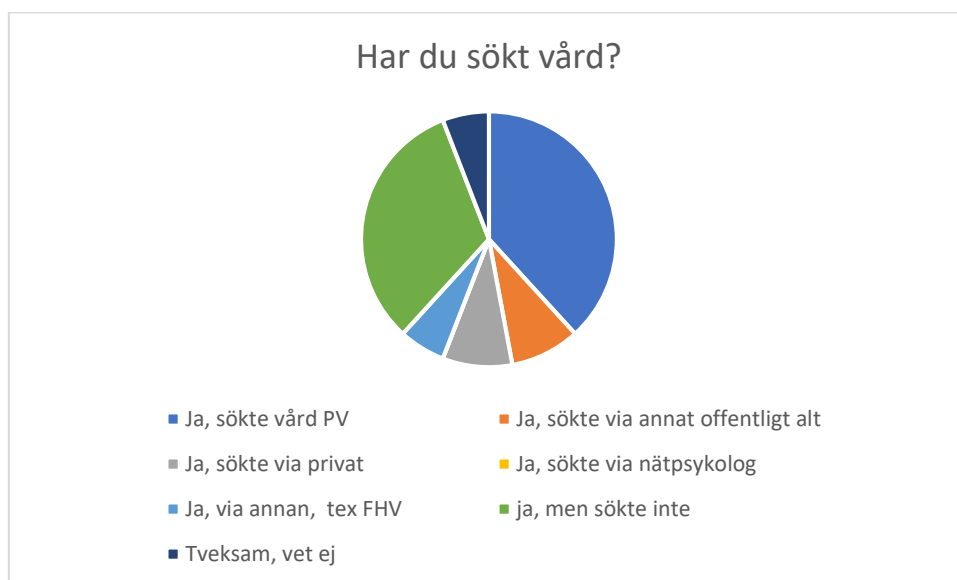
Kommentar: Flertalet (57 procent) vill träffa en psykolog, men många (37 procent) föredrar att träffa en läkare. Kurator kommer i tredje hand med 18 procent för de svarande, medan 10 procent vet inte eller är tveksamma. Det finns vissa skillnader mellan grupperna då de äldre åldersgrupperna hellre träffar en läkare (50 procent) än en psykolog (35 procent). Särskilt utmärkande är män i åldern 65 - 79 år där närmare 60 procent helst möter en läkare i sin kontakt med primärvården.

Fråga 4.

Har du någon gång under de senaste tre åren övervägt att söka vård för lindrig/måttlig psykisk ohälsa (t ex ångest, lindrig-medelsvår depression eller utmattningssyndrom)? Fler svar möjliga.

- Nej
- Ja, och jag sökte vård via primärvården
- Ja, och jag sökte vård via annat offentligt vårdalternativ
- Ja, och jag sökte vård via privat vårdalternativ
- Ja, och jag sökte vård via nätpsykolog
- Ja, och jag sökte vård via annan vårdgivare nämligen:
- Ja, men jag sökte inte vård
- Tveksam, vet ej

Av de svarande angav 68procent att de inte sökt vård. Vi redovisar här hur svaren fördelade sig för de som angav att de har sökt vård. Av dem som svarade **JA**, fördelades sig svaren enligt nedan:



Kommentar: Drygt var tionde (13 procent) söker till primärvården, men nästan lika många söker inte vård alls (11 procent). Detta gäller särskilt för yngre åldersgrupper (21 procent), för både kvinnor och män.

Uppföljning fråga 4.

Om alternativ ” Ja, men jag sökte inte vård”: Varför sökte du inte vård?

- Visste inte vart jag skulle vända mig
- Trodde inte att jag skulle få någon bra vård/ behandling
- Litar inte på vården/ myndigheter
- Har dåliga erfarenheter sedan tidigare av kontakt med vården
- Kändes svårt att öppna sig för främmande personer
- Kände inte att jag behövde det
- Upplevde att jag inte hade tid
- Annan anledning, nämligen:
- Tveksam, vet ej

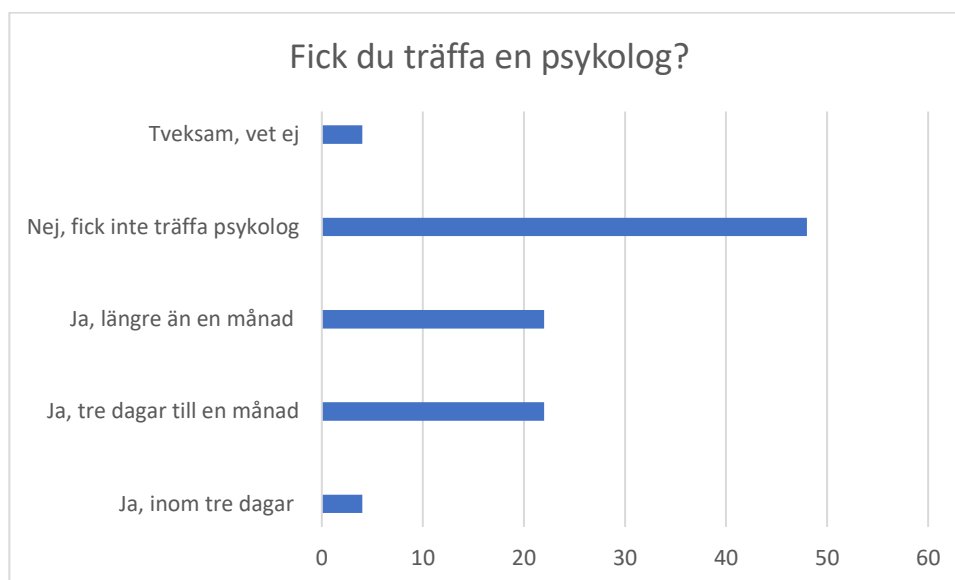


Kommentar: Här svarar cirka 20 procent att de inte visste var de skulle vända sig, och så många som var tredje (29 procent) trodde sig inte kunna få någon bra vård eller behandling. Förhållandevis många (27 procent) uppgav svårigheter att öppna sig för främmande människor som en återhållande faktor. Som öppna svar till annan anledning anges exempelvis; vänner, familjen, företagshälsan.

Uppföljning fråga 4.

Om alternativ ”Ja” i fråga 4: Fick du i samband med att du sökte vård via primärvården träffa en psykolog? Antingen en psykolog knuten till vårdcentralen, eller genom remiss till extern psykolog.

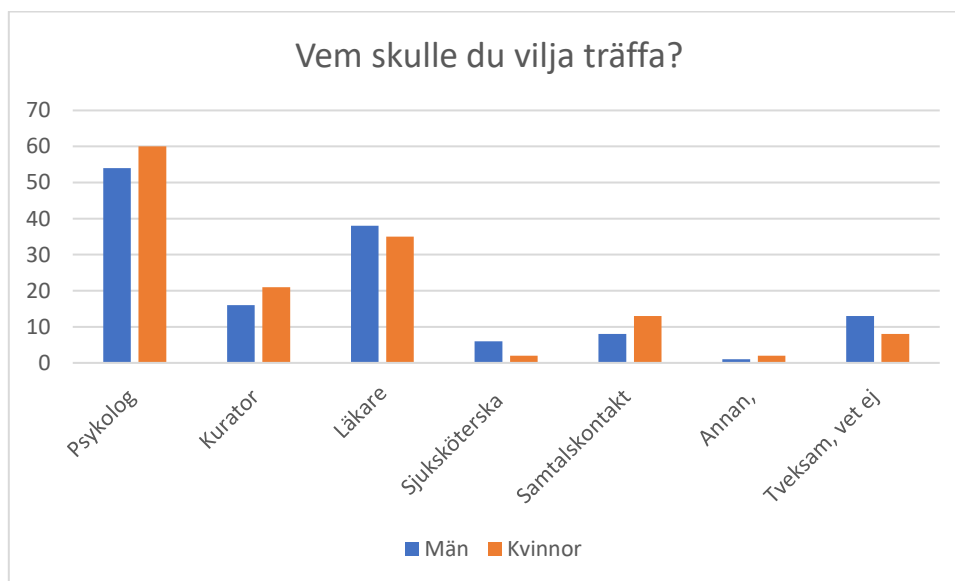
- Ja, inom tre dagar från att jag först sökte
- Ja, inom tre dagar till en månad från att jag först sökte
- Ja, längre än en månad från att jag först sökte
- Nej, jag fick inte träffa en psykolog
- Tveksam, vet ej



Kommentar: Några få (4 procent) fick träffa en psykolog inom tre dagar, medan 22 procent fick vänta på ett besök upp till en månad och lika många (22 procent) fick vänta längre än en månad. Viktigt att notera är att 48 procent fick **INTE** träffa någon psykolog överhuvudtaget.

Fråga 3. Fördelning mellan kvinnor och män

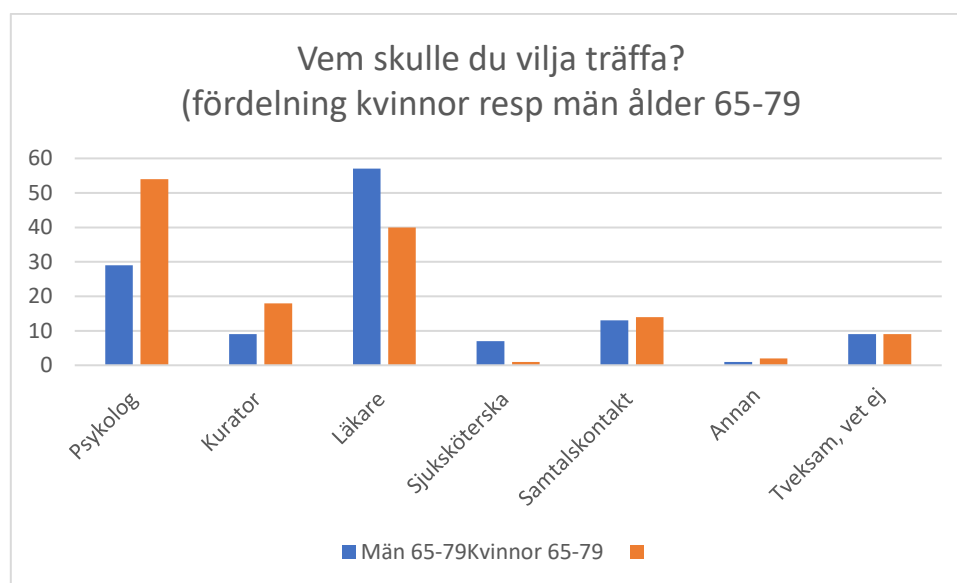
Om du skulle vända dig till primärvården (dvs vårdcentraler och motsvarande) för att du drabbats av lindrig/måttlig psykisk ohälsa (t ex ångest, lindrig-medelsvår depression eller utmattningssyndrom). Vem skulle du helst vilja träffa?



Kommentar: Kvinnor väljer i något högre utsträckning än män att träffa en psykolog. Män föredrar att träffa en läkare eller känner sig mer tveksamma till vem man vill träffa.

Fråga 3. Fördelning mellan kvinnor och män i högre åldersgrupper.

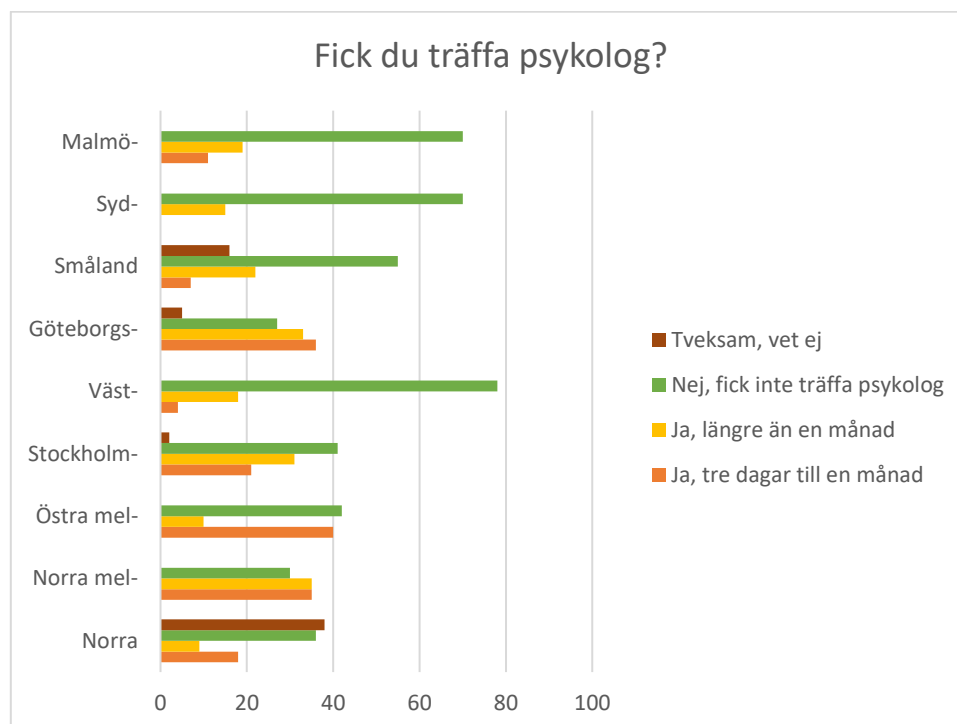
Om du skulle vända dig till primärvården (dvs vårdcentraler och motsvarande) för att du drabbats av lindrig/måttlig psykisk ohälsa (t ex ångest, lindrig-medelsvår depression eller utmattningssyndrom). Vem skulle du helst vilja träffa?



Kommentar: Det blir ännu tydligare att kvinnor föredrar att träffa en psykolog när man tittar i de högre åldersgrupperna.

Fråga 4. Fördelning olika åldersgrupper

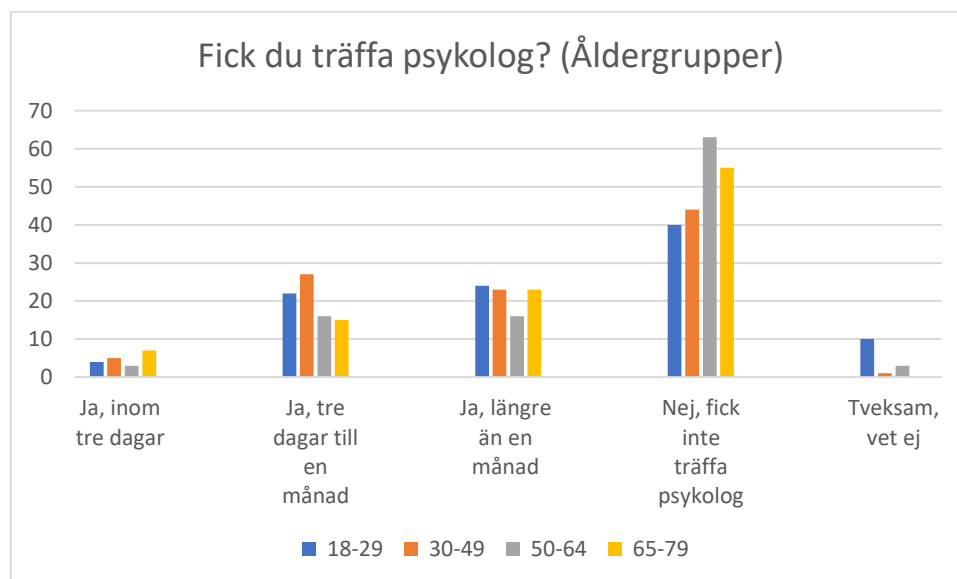
Om alternativ ”Ja” i fråga 4: Fick du i samband med att du sökte vård via primärvården träffa en psykolog? Antingen en psykolog knuten till vårdcentralen, eller genom remiss till extern psykolog.



Kommentar: Det råder stora regionala skillnader, det är anmärkningsvärt att i Västsverige svarar närmare 80 procent att de inte fick träffa psykolog alls. Även i Malmöområdet och Sydsverige svarar många liknande. I norra Sverige var man osäker på vilket yrkeskategori man hade fått möta.

Fråga 4. Regional fördelning

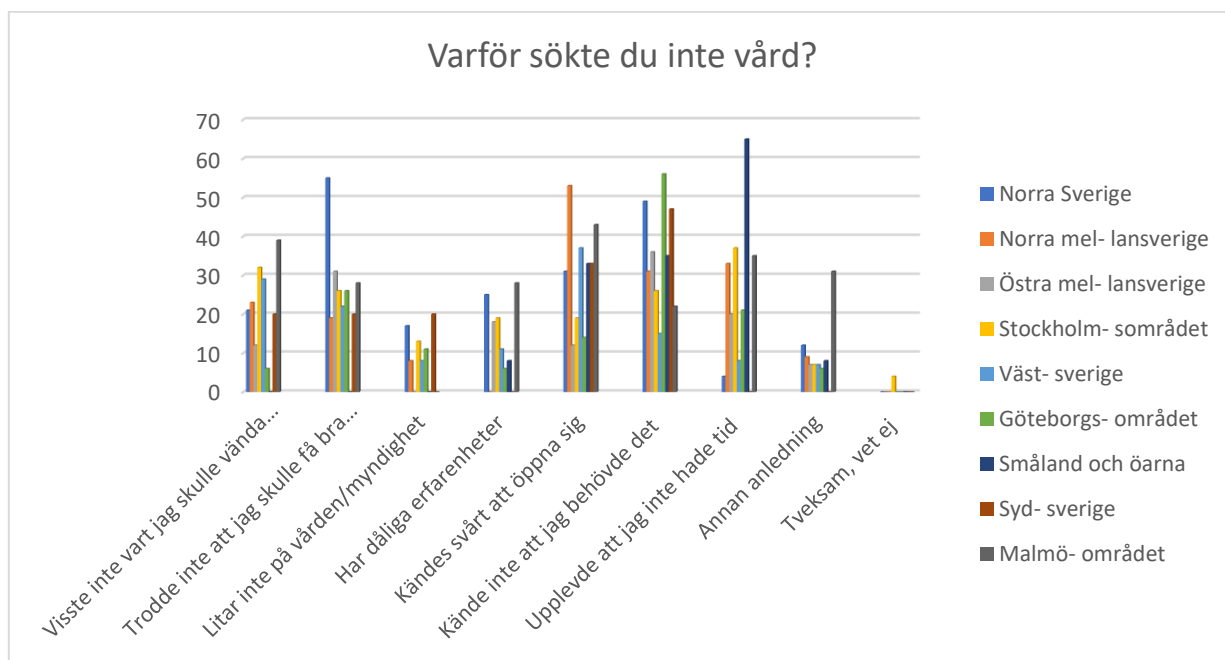
Om alternativ Ja i fråga 4: Fick du i samband med att du sökte vård via primärvården träffa en psykolog? Antingen en psykolog knuten till vårdcentralen, eller genom remiss till extern psykolog.



Kommentar: Att det är få som fått kontakt med vården inom tre dagar beror sannolikt på att den nya vårdgarantin började gälla först från den 1 januari 2019.

Fråga 4. Regional fördelning

Om alternativ ” Ja, men jag sökte inte vård i fråga 4: Varför sökte du inte vård?



Kommentar: Det finns tydliga skillnader mellan svaren och de olika regionerna. Som exempel tror sig personer från norra Sverige inte kunna få bra hjälp, men smålänningarna anser sig inte ha haft tid att söka vård.