

Barn og unges utvikling og psykiske helse

Camilla Stoltenberg
Direktør, Folkehelseinstituttet



Hva skal mestres?

Barn og unges psykiske helse

Psykisk helse i skolen

Forebygging

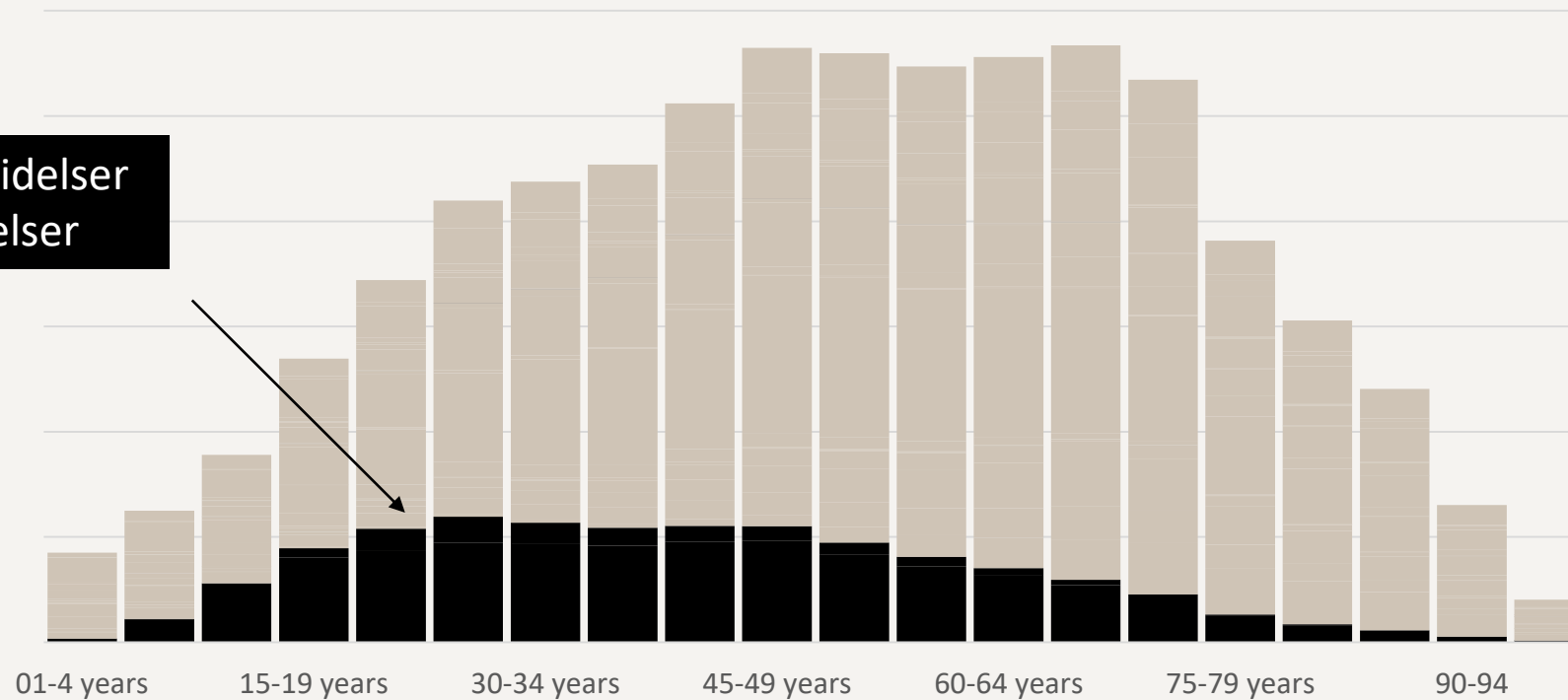
Hvert år har 16-22% av voksne
minst én psykisk lidelse.

De vanligste er angstlidelser, depresjon og ruslidelser.

Psykiske lidelser og rus gir stort helsetap blant unge voksne

Ikke-dødelig helsetap i ulike aldersgrupper, 2017.

Psykiske lidelser og ruslidelser



De fleste studenter sier de har god eller svært god helse.

20%

har skadet seg selv med vilje.

4%

oppgir å ha forsøkt å ta sitt eget liv.

14%

plages svært mye av eksamensangst.

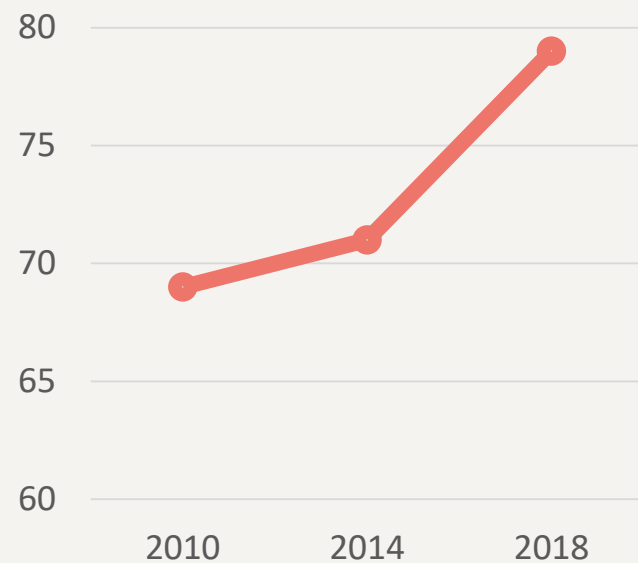
14%

har skyldfølelse ved spising.

Bedre fysisk helse, men dårligere psykisk helse og økt medikamentbruk

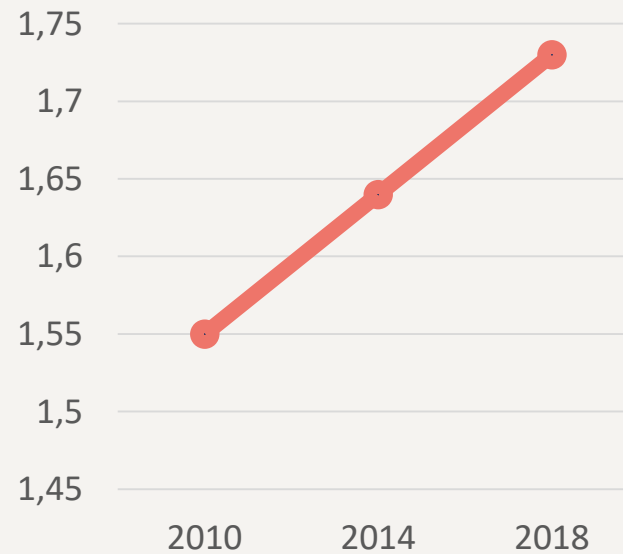
Flere med god fysisk helse

Andel med selvrapportert god eller svært god helse



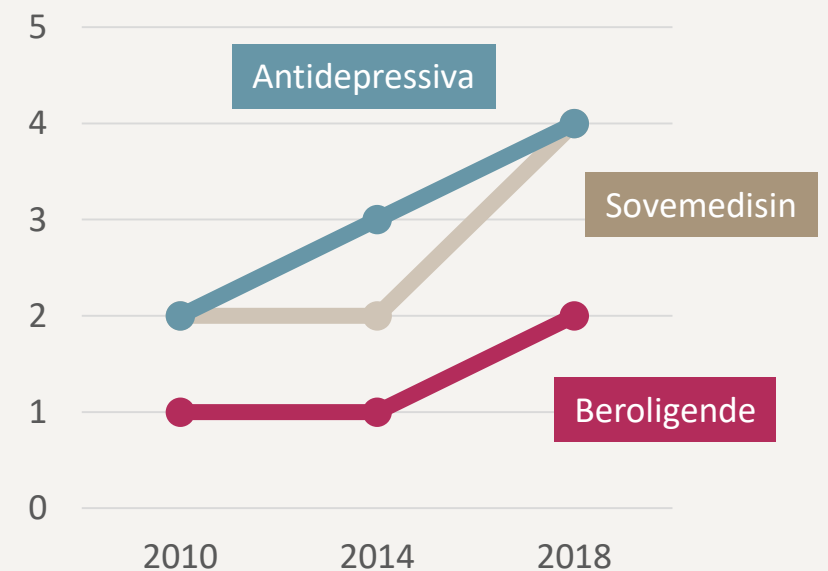
Økt psykisk symptomtrykk

Gjennomsnittskår for psykiske plager (HCSL-25 total)



Økt bruk av medisiner

Minst ukentlig bruk av medisiner siste 4 uker



Barn og unges psykiske helse

Ni av ti barn og unge oppgir at de er fornøyde eller svært fornøyde med livet.

7%

i førskole- og skolealder har symptomer forenlige med en psykisk lidelse.

5%

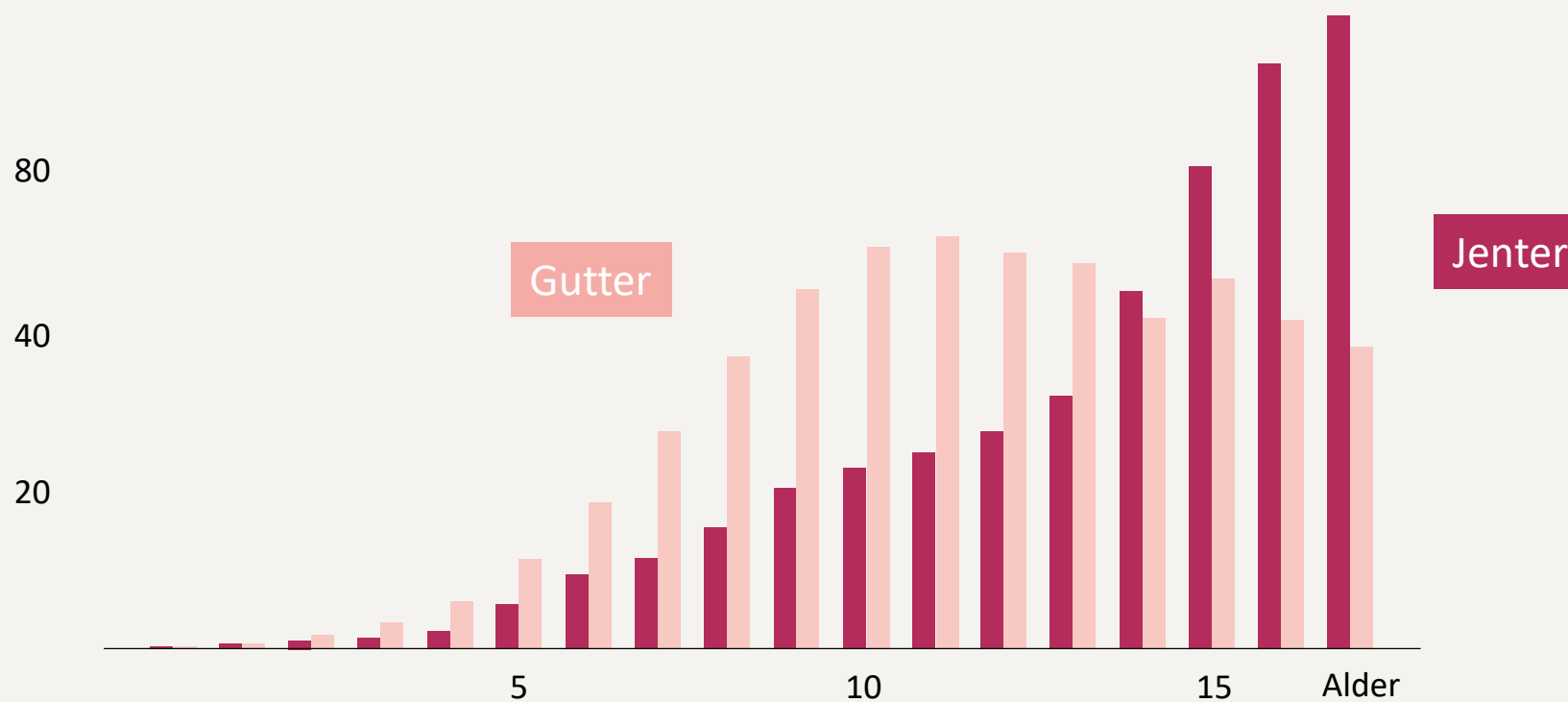
i alderen 0-17 behandles hvert år i psykisk helsevern for barn og unge (BUP).

Gutter har høyere risiko for ADHD, autismspekterforstyrrelser, Tourettes og for atferdsforstyrrelser.

Jenter har overhyppighet av depresjon, angstlidelser, tilpasningsforstyrrelser og spiseforstyrrelser fra puberteten av.

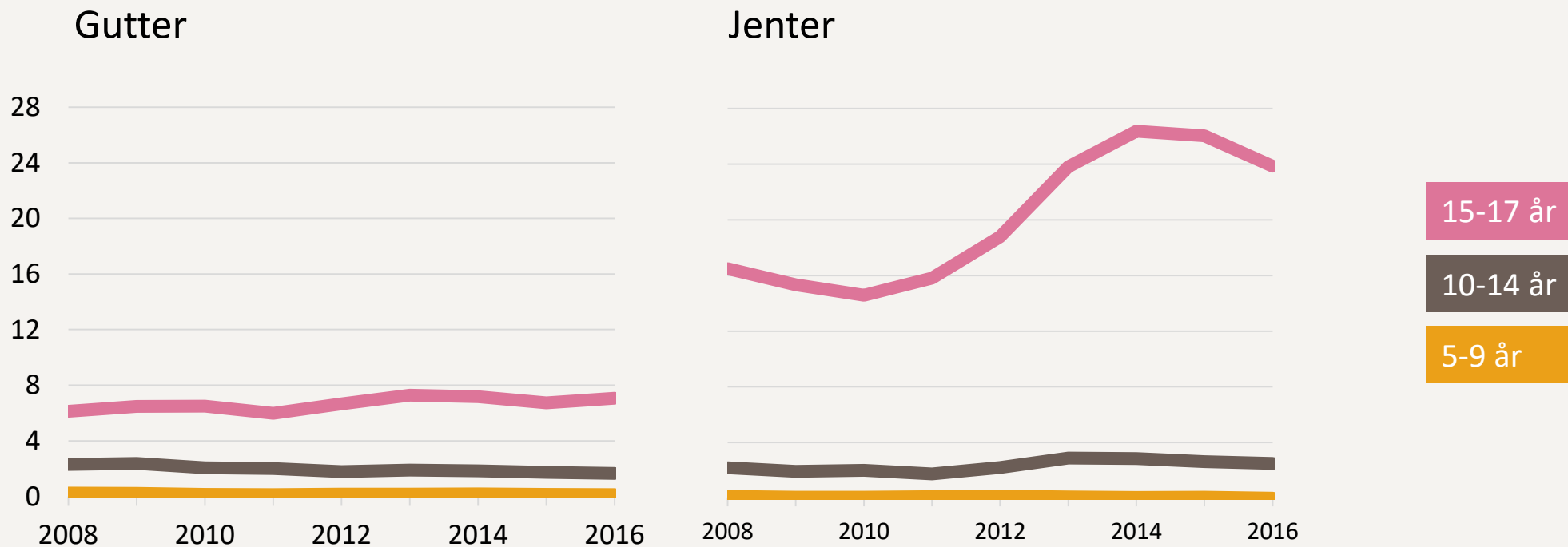
Gutter og jenter utvikler psykiske lidelser i forskjellige aldre

Antall personer per 100 000 med diagnosekode for psykisk lidelse eller atferdsforstyrrelse etter alder, 2016.



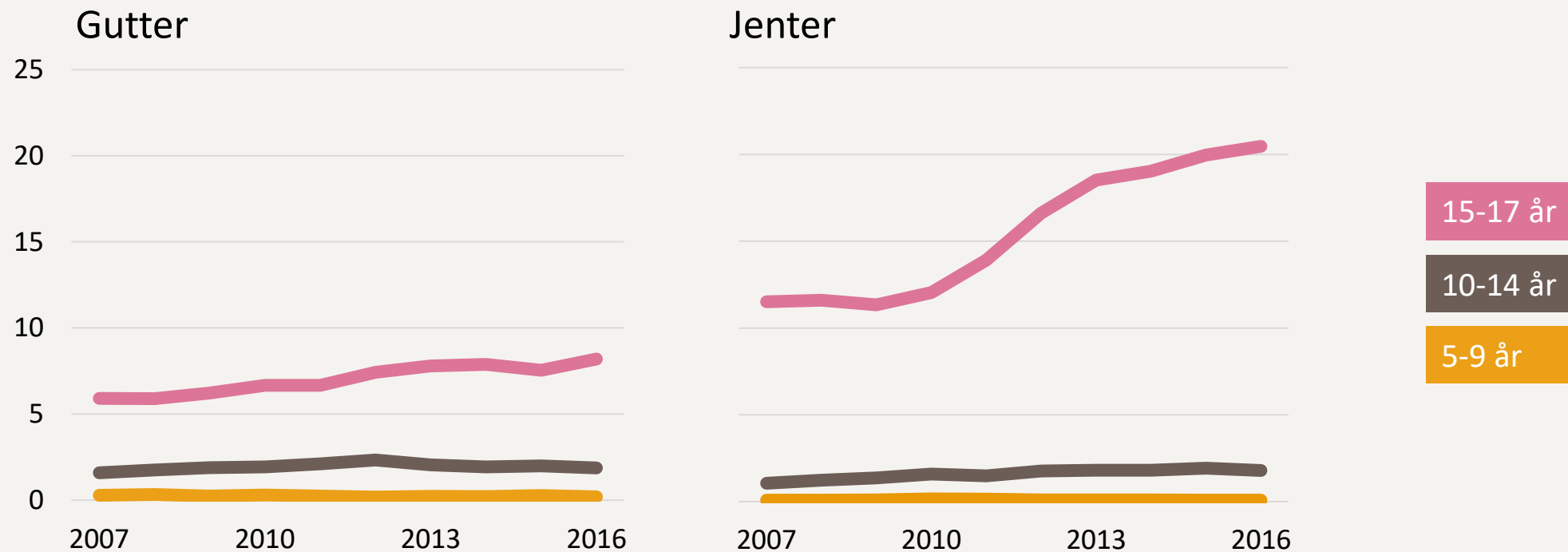
Depresjon: økt forekomst blant jenter 15-17 år

Antall per 1000 med diagnosekode for depresjon, 2008-2016.



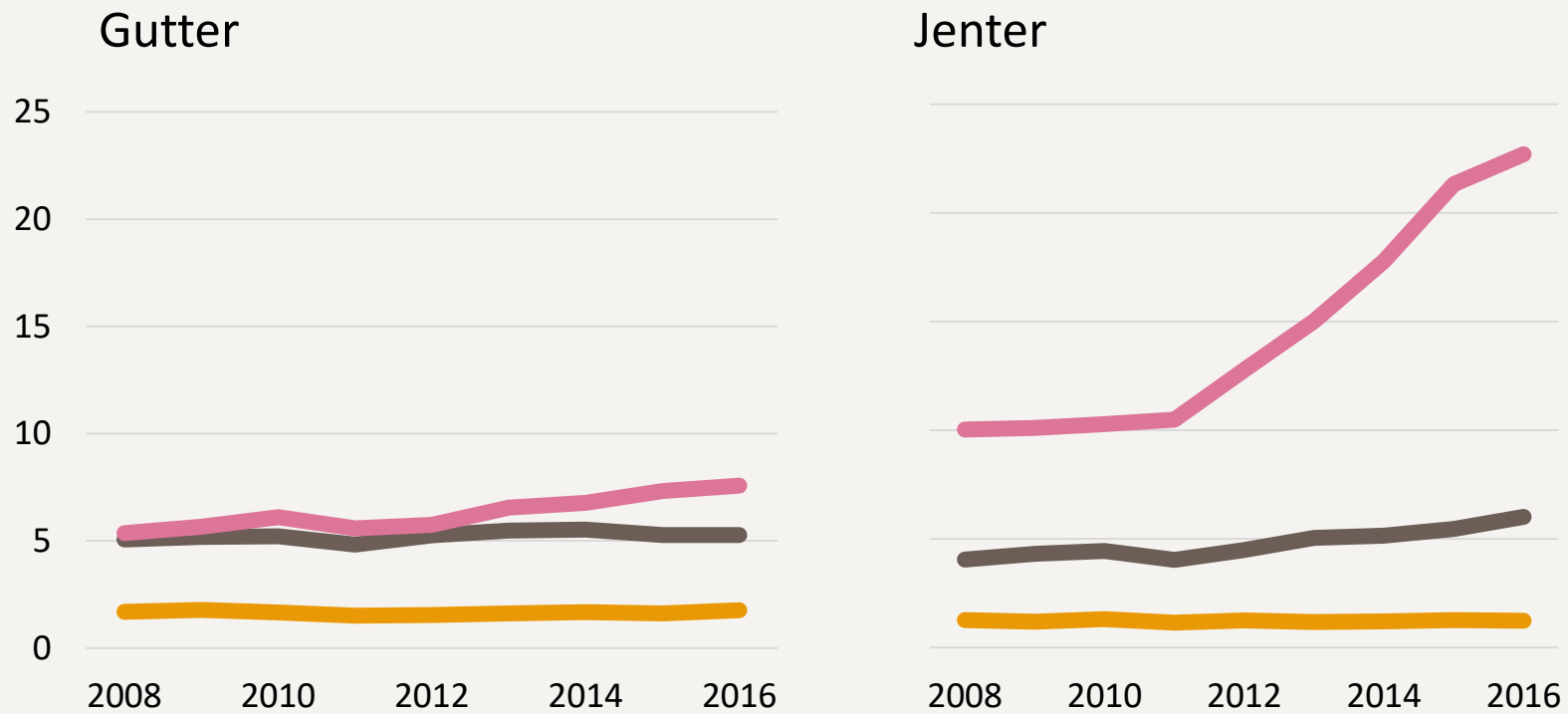
Antidepressiva: økende forskriving i alderen 15-17 år

Antall per 1000 med utlevert antidepressiva minst én gang i perioden 2007-2016.



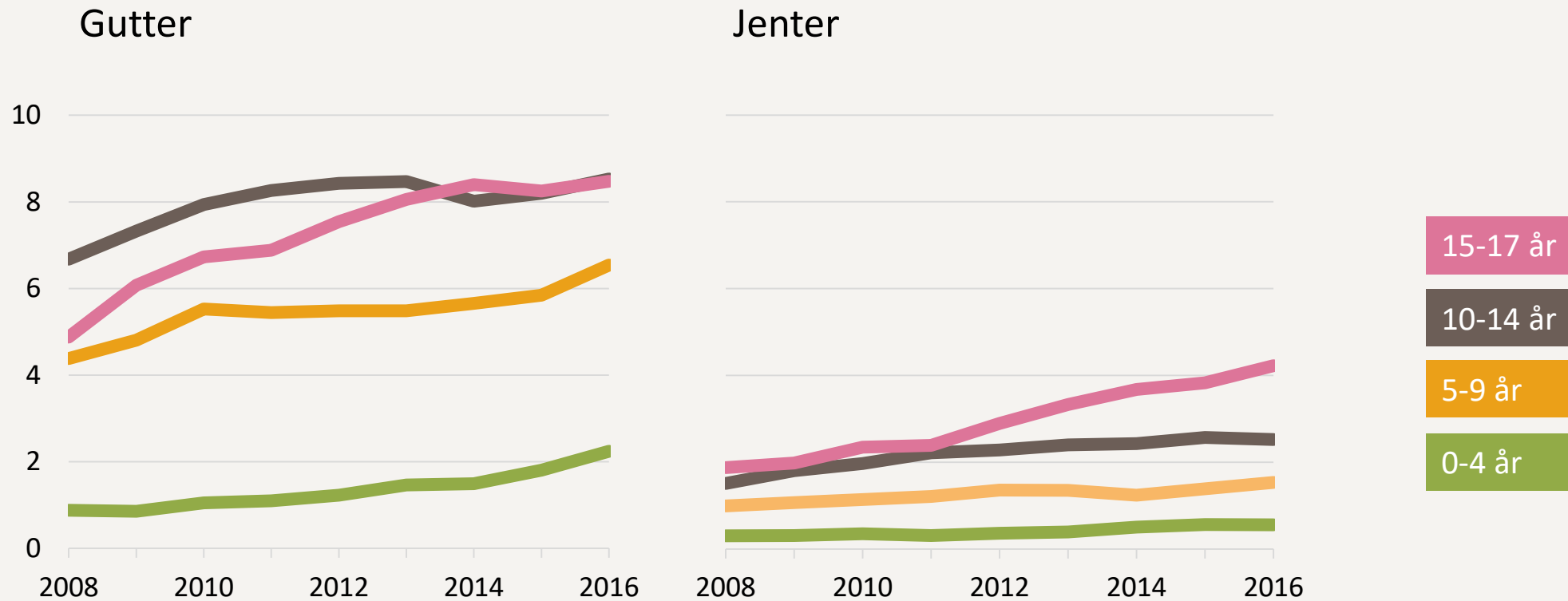
Angst: økende forekomst blant unge jenter og gutter

Antall per 1000 med diagnosekode for angst, 2008-2016.



Økende diagnostisering av autismespekterforstyrrelser

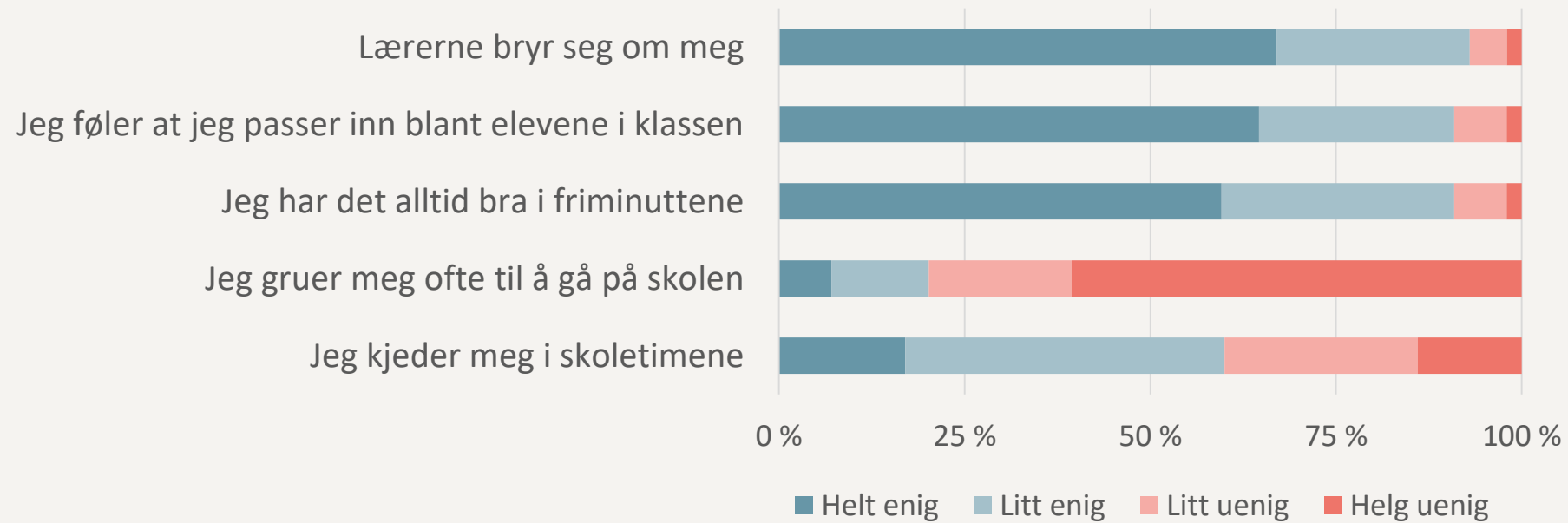
Antall per 1000 med diagnosekode for autismespekterforstyrrelser, 2008-2016.



Trivsel og mestring i skolen

De fleste har det fint på skolen

Fordeling av svar på spørsmål blant elever i Ungdata junior 2018



14% av gutter og 24% av jenter
i 7. trinn har ofte følt seg stresset.

27%

av jenter i 7. trinn gruer seg veldig når de skal ha en prøve (gutter 14%)

13%

av jenter på ungdomsskolen er veldig mye plaget av ensomhet (gutter 4,9%)

14%

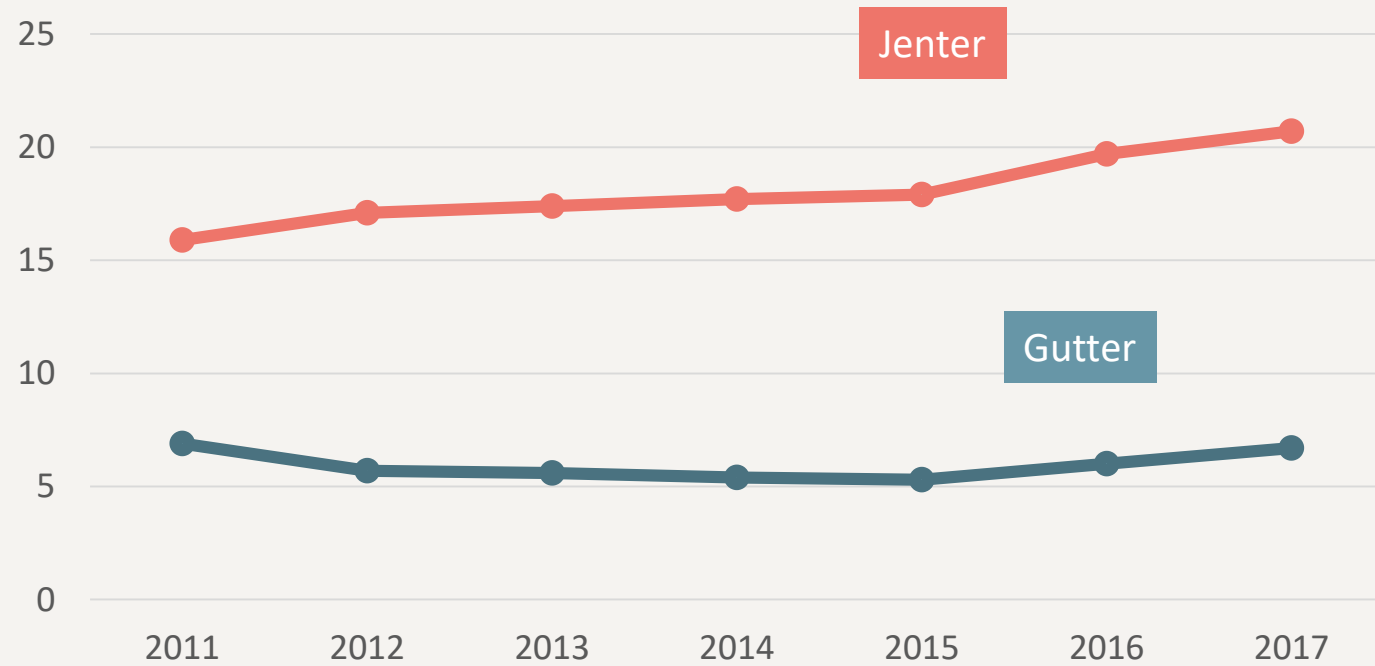
stengt ute, plaget eller truet av andre barn minst en gang i måneden.

15%

har ofte eller veldig ofte søvnproblemer.

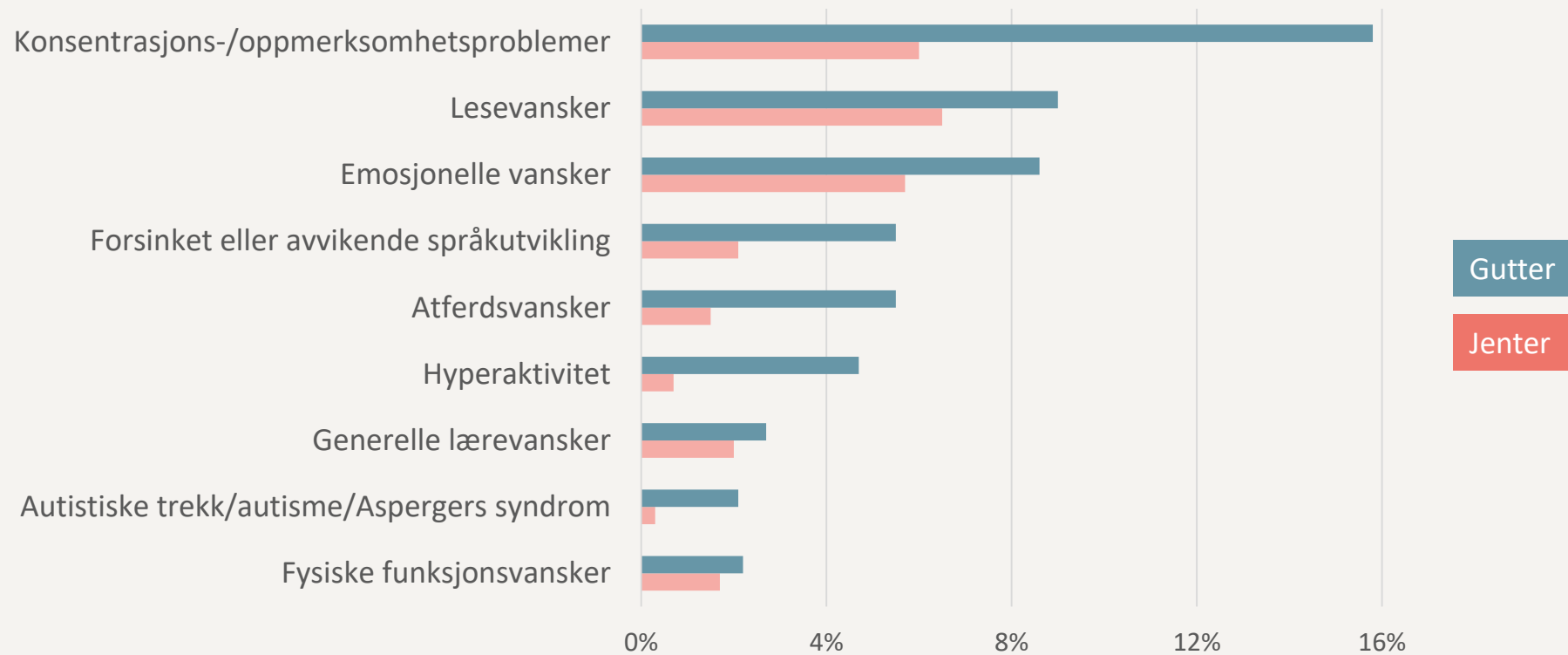
Flere jenter rapporterer høyt nivå av depressive symptomer

Prosentandel i ungdomsskolen som rapporterer høyt nivå av depressive symptomer, %



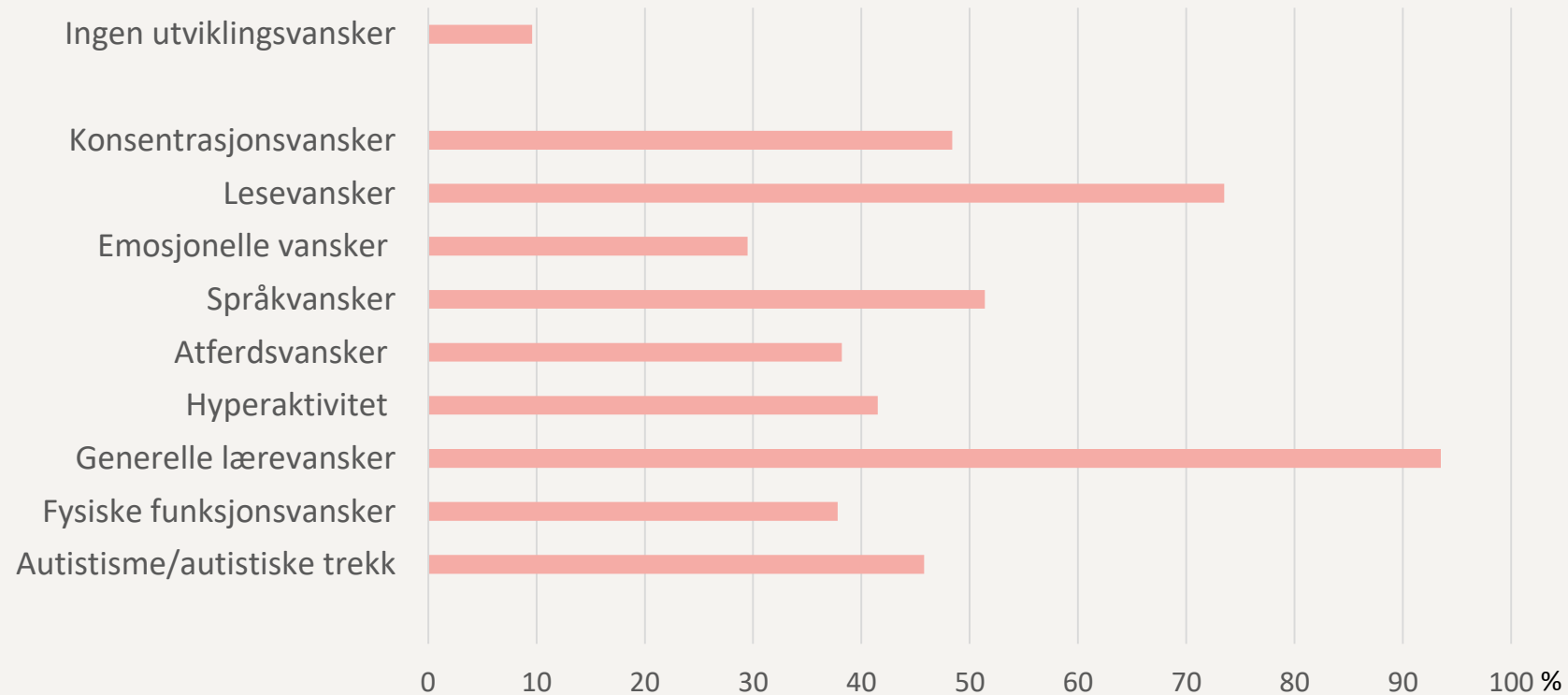
Flere gutter har utviklingsvansker

Andel elever vurdert av lærere til å ha utviklingsvansker



Utviklingsvansker koblet med dårlige skoleferdigheter

Andel (%) med dårlige skoleferdigheter i ulike grupper av utviklingsvansker



Hva vet vi om forebygging i skolen?

Vi vet mye om faktorer som er viktige
for psykisk helse.

Men få tiltak har dokumentert effekt.

Kunnskapen om hva som virker er i utvikling

Stort antall nye studier og en rekke nye kunnskapsoppsummeringer i 2018.

Stort behov for norske og nordiske primærstudier med relevans for lokale forhold og ordninger.

Det er tilfeldig hva vi har evidens for.

Bør definere kunnskapsbehov, bygge kunnskapssystem, prioritere forskning.

Skolen er en god arena for forebygging

Depresjon og angst kan forebygges på kort sikt gjennom spesifikke tiltak i skolen.

Grunn til optimisme for forebygging av depresjon og angst gjennom systematiske intervensjoner i skolen.

NOU 2019:3 og livsmestring

Læring av mestringsstrategier og bevisstgjøring om psykiske vansker kan virke forebyggende.

Livsmestring bør inn i et *eget fag*.

Undervisning i livsmestring krever egen kompetanse. Bidrag fra yrkesgrupper utenfor grunnskolen bør utredes.

Takk for oppmerksomheten

Les Folkehelse rapporten på www.fhi.no