

41. árg. 1 tbl.
febrúar 2025



BLAÐIÐ

Áskoranir í heilbrigðiskerfinu

Minni pappír
— betra fyrir umhverfið

Skannaðu QR kóðann
og fáðu blaðið í tölvupósti →





Stundum eru litlu sigrarnir stærstir

Happdrætti SÍBS - Bakhjarl Reykjalundar



Er komið að þér að sigra?

sibs.is / 560 4800

Efnisyfirlit

3

Ósýnilegu milljarðarnir

4

Heilsa þjóðar - leiðin áfram

8

Heilsugæslan - hér fyrir þig

12

Áskoranir félagslegra heilbrigðiskerfa

14

Sjúkdómsvæðing mennskunnar

18

Máttur upplýsinga

22

Mönnun háskólakennara
í heilbrigðisvísindum

SÍBS-blaðið

41. árgangur | 1. tölublað | febrúar 2025

ISSN 1670-0031 (prentuð útgáfa)

ISSN 2547-7188 (rafræn útgáfa)

Útgefandi: Heilsumiðstöð SÍBS ehf.

Borgartúni 28a

105 Reykjavík

sibs@sibs.is, www.sibs.is

Ábyrgðarmaður: Guðmundur Löve

gudmundur@sibs.is

Ritstjóri: Páll Kristinn Pálsson

pallkristinnpalsson@gmail.com

Auglýsingar: Öflun ehf.

Umbrot og prentun: Prentmet Oddi ehf.

Upplag: 7.200 eintök auk

rafrænnar dreifingar

Hlutverk SÍBS er að stuðla
að heilbrigði þjóðarinnar.

SÍBS á og rekur

endurhæfingarmiðstöðina Reykjalund,

öryrkjavinnustaðinn Múlalund,

Heilsumiðstöð SÍBS og

Happdrætti SÍBS.

Ósýnilegu milljarðarnir



Guðmundur Löve
framkvæmdastjóri SÍBS

Bætt lýðheilsa felur í sér heilsueflandi aðgerðir sem ná til samfélagsins alls en eru ekki alltaf augljósar. Forvarnamótsögnin svokallaða vísar einmitt til þess þegar fleiri sjúkdómstilfelli koma úr hópum í lágrí áhættu heldur en í hárrí áhættu, einfaldlega vegna þess að fyrrnefndi hópurinn er miklu stærri.

Til að hægt sé að forgangsraða takmörkuðum fjármunum til heilbrigðismála er nauðsynlegt að byrja á því að kortleggja umfang sjúkdómsbyrðinnar. Þegar um er að ræða aðgerðir á sviði forvarna er líka nauðsynlegt að kortleggja helstu áhættuþætti svo sem mataræði, hreyfingu, svefn, streitu og áhættuhegðun.

Mælikvarðinn „glötuð góð æviár“ (Disability-Adjusted Life Years, DALY) segir til um uppsöfnuð áhrif heilsubreysts í samfélaginu þar sem lögð eru saman vegin áhrif sjúkdóma og skerðinga, áverka og ótímabærs dauða. Á Íslandi voru

glötuð góð æviár 84 þúsund árið 2021 skv. skýrsluröðinni Global Burden of Disease.

Til að meta sjúkdómsbyrðina í krónum er hægt að margfalda glötuð góð æviár með vergri landsframleiðslu á mann, sem nam um 12,3 milljónum króna árið 2023. Margfaldað með 84 þúsund glötuðum góðum æviárum gera þetta árlega riflega þúsund milljarða króna. Þetta ber að endurtaka: Umfang sjúkdómsbyrðinnar er yfir þúsund milljarðar króna á ári.

Auðvitað verður seint hægt að útrýma öllum sjúkdómum, skerðingum, slysum og ótímabærum dauða. Fjárhæðirnar eru hins vegar slíkar að jafnvel 1% fækkun glataðra góðra æviára samsvarar 10 milljarða króna landsframleiðslu. Það er vel raunhæft að ná slíkum árangri með vel heppnuðum lýðheilsuáttum aðgerðum.

Á forvarnasviðinu hafa tvö risastór lýðheilsuáttum verið vanrækt hér á landi: Annars vegar aðgerðir til að bæta mataræði, sem stærsti einstaki áhættuþáttur heilsu (áætlað 10–20% af sjúkdómsbyrði), og hins vegar aðgerðir til að bæta svefn (áætlað 5–10% af sjúkdómsbyrði).

Stærsti einstaki áhættuþátturinn í mataræði tengist af mikilli sykurneyslu. Erlend dæmi sýna að sykurneysla minnkar prósent fyrir prósentu með álagningu sykurskatts. Þetta mætti útvíkka til að ná til gjörunninnar matvöru um leið og niðurgreiða mætti grænmeti og ávexti. Áhrifin af 20% skatti á sykraða drykki eina og sér hafa verið metin til jafns við allt að 3% lækun á tíðni offitu í meistaraþinggerð Lindu Bjargar Árnadóttur lýðheilsufræðings sem vitnað er til í úttekt rannsókn- og upplýsingasviðs Alþingis um sykurskatt frá 2019.

Hvað svefninn varðar kemur fram í grein Bryndísar Benediksdóttur o.fl. í Lækna- blaðinu 4. tbl. 2022 að í alþjóðlegum samanburði fara Íslendingar seint að sofa. Þá má sjá á lýðheilsuvísnum Embættis landlæknis að fólk á Austurlandi sefur lengur, en Egils- staðir liggja um 30 mínútum nær réttu tímabelti en Reykjavík. (Algengur misskilningur er að seinkun klukku hafi áhrif á útivistarfólk eða atvinnustarfsemi. Fólk getur áfram sinnt útivist fram í myrkur og fyrirtæki geta haldið óbreyttum takti óháð því hvað stendur á klukkuskífunni.)

Sykurskattur eða skattur á gjörunnin matvæli ásamt seinkun staðartíma á Íslandi eru dæmi um einfaldar lýðheilsuáttum sem líklegar eru til að skila samfélaginu andvirði tuga milljarða á ári hverju í bættri heilsu. 🌱

Heilsa þjóðar – leiðin áfram



Alma D. Möller
heilbrigðisráðherra

Í góðri heilsu felast mikil lífs-gæði, það vita landsmenn en 80% þeirra meta heilsu það mikilvægasta þegar kemur að eigin lífsgæðum. Íslenskt heilbrigðiskerfi er í grunninn gott, þökk sé framúrskarandi heilbrigðisstarfsfólki. Það er þó margt sem betur má fara og eru heilbrigðis- og vel-ferðarmál meðal áhersluatriða ríkisstjórnar Kristrúnar Frostadóttur. Fyrst af öllu er þó að ná stjórn og stöðugleika í efnahagsmálum landsins og að vinna að aukinni verðmæta-

sköpun; það eru forsendur þess að við getum fjárfest enn frekar í velferð.

Áskoranir í heilbrigðisþjónustu

Heilbrigðisþjónustan stendur frammi fyrir miklum áskorunum: eftirspurn og kostnaður vex í takti við öldrun þjóðar og aukningar langvinnra sjúkdóma eins og geðsjúkdóma, krabbameina, hjarta- og æðasjúkdóma, sykursýki, offitu og heilabilunar. Samhliða skortir fagmenntað starfsfólk og kerfið er aðþrengt fjárhagslega. Þá horfumst við í augu við risavaxnar áskoranir sem eru sýklalyfjaónæmi og áhrif loftslagsbreytinga á heilsu. Heilbrigðiskerfið er því að óbreyttu ekki sjálfbært og við verðum að nálgast það með nýjum hætti. Við getum ekki leyft okkur að gera bara meira af því sama.

Áskoranir er varða lýðheilsu

Hér að ofan var minnst á langvinna sjúkdóma en þar eru margir áhættuþættir þekktir; kyrrseta, óholl næring, ónógur svefn, slæm andleg líðan, áfengi, tóbak og skortur á félagslegum tengslum.

Að auki bætast við nýjar áskoranir sem snúa ekki síst að börnum og endurspeglast í vaxandi vanlíðan þeirra; óhófleg notkun skjátækja og samfélagsmiðla, falsfréttir, upplýsinga-óreiða, markaðssetning óhollustu, nýjar nikótínvorur, orku-drykkir, útlitsdýrkun, ofbeldismenning og fleira. Nú stendur fyrir dyrum að kortleggja þessar áskoranir og leiðir til að bregðast við.

Nýtum bjargir með sem bestum hætti

Í ljósi þess að heilbrigðiskerfið er að óbreyttu ekki sjálfbært þarf að bregðast við. Viðbrögðum má skipta í tvennt og eru hvoru tveggja risastór og margslungin verkefni; annars vegar að nýta heilbrigðiskerfið sem best og hins vegar að efla lýðheilsu með heilsueflingu og forvörnum.

Við þurfum að nýta heilbrigðiskerfið með sem skilvirkustum hætti og hámarka jákvæð áhrif þess á heilsu fólks. Með öðrum orðum þurfum við að hámarka virði þjónustunnar (virði = árangur/kostnaður eða virði = gæði/sóun). Hér er gríðarlega margt undir. Mestu skiptir að meðferð fari fram á réttum tíma, á réttu þjónustustigi og með réttum hætti þannig að notuð séu gagnreynd úrræði og þau sem byggð eru á bestu þekkingu og reynslu. Því þarf þjónustan að vera samhæfð og brýnt að hvorki sé verið að of- né vannýta úrræði og meðferð. Þá ætti hver heilbrigðisstarfsmaður að sinna verkum þannig að þekking hans nýtist sem best, það eru án efa tækifæri í að færa til verkefni milli starfsstétta.

Öll ættum við stöðugt að spyrja okkur tveggja spurninga: Erum við að gera eitthvað sem við ættum ekki að vera að gera og erum við ekki að gera eitthvað sem við ættum að vera að gera? Markvisst þarf að efla gæði og öryggi þjónustunnar því góð og örugg þjónusta er ódýrari til lengri tíma lítið. Síðast en alls ekki síst þarf að efla hvers kyns nýsköpun og tækni-launsir, ekki síst þær sem einfalda veitingu heilbrigðisþjónustu og/eða létta undir með starfsfólki.

Ljóst er að rýna þarf ferla, verkaskiptingu og skipulag milli heilbrigðisstarfsmanna og milli stofnana, til að sam-hæfa kerfið og hámarka skilvirkni. Stöðugt þarf að huga að umbótum og líta heildstætt á heilbrigðiskerfið frekar en að verja peningum í að leysa stök verkefni sem getur aukið á kostnað annars staðar í kerfinu á meðan grunnvandinn er óleystur.

Heilsuefling og forvarnir

Það eru mikil tækifæri fólgin í því að efla lýðheilsu, með heilsueflingu og forvörnum, og freista þess að minnka eða fresta þörf fyrir heilbrigðisþjónustu. Það gerum við annars vegar með því að fara í grunninn og huga að áhrifaþáttum heilsu sem lúta að einstaklingnum, eins og hreyfingu, nær-ingu, svefni, geðrækt og lágmörkun neyslu áfengis og tóbaks sem eru sameiginlegir áhættuþættir fjölmargra langvinnra sjúkdóma. Hins vegar með því að horfa til framtíðar og nýta nýja þekkingu eins og atferlisfræði sem og tækninýjungar eins og gervigreind og erfðaupplýsingar. Þá þarf að efla heilsu-

læsi almennings og tengja betur forvarnir, heilsueflingu og heilbrigðisþjónustu.

Það er mikilvægt að við skiljum að lýðheilsa snertir samfélagið allt. Þannig skipta lifnaðarhættir, auk menntunar m.a. atvinna, samgöngur, húsnæði, öryggi, félagsleg tengsl og fjölmargar stefnur og ákvarðanir ríkis og sveitarfélaga máli í þessu samhengi. Því ætti að huga að lýðheilsu við fjölmargar ákvarðanir sem teknar eru og setja „heilsu í allar stefnur“ (e. health in all policies) og framkvæma lýðheilsumat þegar við á, samanber umhverfismat.

loftslagsaðgerðir og aukið öryggi almennings svo dæmi séu tekin.

Þjóðaráttak í umönnun eldra fólks

Það er lykilatriði fyrir framtíð heilbrigðiskerfisins að efla og samhæfa þjónustu við eldra fólk. Skortur á viðeigandi úrræðum fyrir þennan hóp leiðir t.d. til þess að eldra fólk er inniliggjandi á spítala mun lengur en nauðsynlegt er. Það leiðir til eru lakari þjónustu og verri lífsgæða þeim til handa, sóunar á almannafé auk þess sem það truflar sjúkrahúsin við að sinna sérhæfðri þjónustu. Þá myndast líka flösku-



Heilsuefling eldri borgara tryggir lífsgæði og lengri sjálfstæða búsetu.

Áherslumál ríkisstjórnar

Í stefnuýfirlýsingu ríkisstjórnar Krístrúnar Frostadóttur segir m.a. um helstu atriði ríkisstjórnar til að ná markmiðum sínum varðandi heilbrigðisþjónustu: „Með fjárfestingu sem styrkir stöðir heilbrigðis- og öldrunarþjónustu um land allt. Ríkisstjórnin mun leiða þjóðaráttak í umönnun eldra fólks, m.a. fjölga hjúkrunarrýmum og efla heimahjúkrun, og vinna að þjóðarmarkmiði um fastan heimilislækni fyrir alla landsmenn. Sérstök áhersla verður lögð á að stytta biðlista barna, auka aðgengi að geðheilbrigðisþjónustu og fjármagna meðferðarúrræði vegna fíknivanda. Skipulega verður dregið úr skriffinnsku í heilbrigðiskerfinu með hagnýtingu tækni og nýsköpunar. Áfram verður stuðst við fjölbreytt rekstrarform þó að þungamiðja þjónustunnar verði í opinberum rekstri“.

Þegar stefnuýfirlýsingin er lesin í heild sinni er ljóst að málefni sem varða lýðheilsu eru þar rauður þráður; bætt kjör og staða þeirra sem verst standa, að húsnæði verði heimili, lögfesting samnings Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks, sókn í menntamállum, bætt afkomuöryggi fjölskyldna, atvinnustefna sem stuðlar að heilbrigðum vinnumarkaði,

háls í kerfinu en skortur á hjúkrunarrýmum er einn stærsti hnúturinn auk þess sem efla þarf hvers kyns heimþjónustu svo útskrift heim verði raunhæfur kostur. Þá eru mikil tækifæri fólgin í heilsueflingu eldri borgara, ekki síst hreyfingu, styrkingu vöðva og jafnvægisæfingum, til að tryggja lífsgæði og lengri sjálfstæða búsetu. Til marks um áherslu ríkisstjórnar á málefni eldra fólks verður starfandi sérstök ráðherranefnd þar um.

Styrking heilsugæslu og bætt aðgengi að þjónustu

Fólk kallar eftir að hafa fastan heimilislækni/-teymi. Rannsóknir sýna að það bætir lífsgæði og árangur þjónustu að notendur hennar hafi fastan tengilið í heilbrigðiskerfinu. Heimilislæknar eru of fáir og ljóst er að bæta þarf úr; samhliða því að mennta fleiri þarf að nýta betur krafta annarra starfsstétta. Þá þarf almennt að bæta starfsaðstæður heilbrigðisstarfsmanna þannig að starfsfólk fái meiri tíma með sjúklingunum. Huga þarf að framtíðarskipan og þróun rafrænna kerfa og tæknilausna. Þarna undir eru einnig ýmis viðvik eins og að minnka vottordagerð og tilvísanaskrif.

Tryggja þarf aðgengi að þjónustu um allt land en þar hallar verulega á landsbyggðina. Fyrir utan bætt aðgengi að heimilislæknum þarf að skoða hvort sérfræðingar geti ekki heimsótt landsbyggðina í ríkari mæli og styrkja þarf sjúkraflutninga. Auk þess þarf að efla fjarþjónustu og -ráðgjöf. Loks þarf að muna að samgöngumál eru heilbrigðismál en þar hyggst ríkisstjórnin láta til sín taka.

Geðheilbrigðisþjónusta

Auka þarf aðgengi að geðheilbrigðisþjónustu. Í geðheilbrigðismálum er unnið að samþykktri stefnu þar sem megnimarkmiðin eru fjögur: að geðrækt, forvarnir og snemmbær úrræði verði í forgrunni, að geðheilbrigðisþjónusta verði samþætt og byggð á bestu þekkingu, að notendasamráð verði virkt og að nýsköpun, vísindi og þróun verði í hávegi. Öll þessi markmið eru í góðu samræmi við það sem áður hefur verið nefnt.



Ekkert er eins arðbært fyrir samfélag og að hugsa vel um börn.

Þjónusta við börn

Sérstök áhersla verður lögð á að stytta biðtíma barna eftir greiningum og meðferð. Þar er brýnt að taka heildstætt á málum enda börnin okkar dýrmætustu djásn. Þar að auki benti hagfræðingurinn James Heckman á að ekkert er eins arðbært fyrir samfélag og að hugsa vel um börn. Flestar geðraskanir koma fram í æsku og með snemmtækri ihlutun er hægt að koma í veg fyrir að vandi fylgi börnum og unglingum inn á fullorðinsárin.

Þegar bjátar á hjá barni þarf að bregðast við hið fyrsta, skoða umhverfi og aðstæður bæði hjá barni og fjölskyldu auk félagstengsla og aðstæðna í skóla. Kannski er barnið vansælt vegna ófullnægjandi aðbúnaðar á heimili eða skóla.

Meta þarf lífnaðarhætti barns og fjölskyldu; svefn, hreyfingu, næringu, notkun orkudrykkja, skjánotkun og tengsl. Styðja þarf foreldra og fjölskyldur eftir þörfum því uppeldishlutverkið getur jú verið krefjandi. Þá kann að þurfa að styrkja bjargráð í skólum til að börnunum verði sem best sinnt.

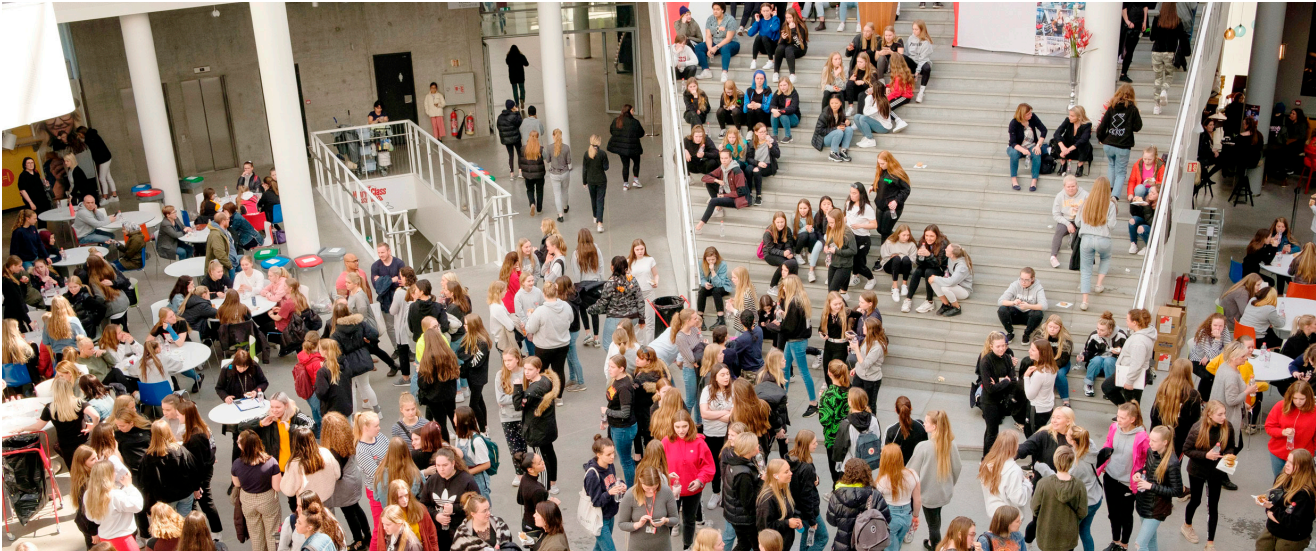
Á næstunni verður unnið að ferlagreiningu geðheilbrigðisþjónustu barna og ungmenna þannig að hlutverk og verkefni mismunandi þjónustuveitenda séu skýr. Það er forsenda þess að skapa samfellu í þjónustu og að samvinna verði eins og best er á kosið. Þá þarf að þróa frekar samstarf við skóla og skólaheilsugæslu sem og að byggja undir lágþröskuldaúrræði sem gefist hafa vel. Ljóst er að það skortir á úrræði fyrir þau ungmenni sem eru í hvað mestum vanda og brýnt að bæta úr en málefni barna snerta nokkur ráðuneyti. Það endurspeglar mikilvægi málaflokksins að starfandi verður ráðherranefnd um málefni barna.

Þegar er unnið að margvíslegum verkefnum til að ná þessum markmiðum. Unnið verður að ferlagreiningu og skipulagi geðheilbrigðisþjónustu þannig að hlutverk og verkefni mismunandi veitenda séu skýr. Þá þarf að kortleggja þörf fyrir mönnun og menntun fagfólks og tryggja uppbyggingu geðheilbrigðisfræða. Áfram þarf að efla heilsugæslu til að takast á við annars stigs þjónustu, m.a. að efla aðgengi að sálfræðimeðferð. Þá er unnið að styrkingu geðheilbrigðisþjónustu fanga og fleiri verkefni mætti nefna. Loks má nefna það mikla verkefni að byggja nýtt húsnæði fyrir geðþjónustu Landspítalans sem mætir þörfum samtímans.

Það er mikil samstaða meðal ríkisstjórnarflokka um að gera þurfi betur þegar kemur að meðferð fíknisjúkdóma. Tekin hefur verið ákvörðun um að fjármagna betur meðferðarúrræði til að koma í veg fyrir sumarlokanir á þjónustu. Þá verða úrræði er varða bráðameðferð bætt og hugað að þeim skaðaminnkandi úrræðum sem byggð eru á gagnreyndri þekkingu.

Hagnýting tækni og nýsköpunar

Eins og fjallað hefur verið um hér að ofan er hvers kyns nýsköpun í heilbrigðisþjónustu og lýðheilsu lykilatriði til framtíðar, hvort sem lýtur að bestun ferla, rafrænum kerfum eða tæknilausnum og hafa mörg dæmi verið nefnd. Þar er áfram mikilvægt að virði þeirrar þjónustu sé í öndvegi. Undirrituð hyggst beita sér í þessum málaflokki hvar sem við verður komið. Meðal annars hyggjast ráðherrar heilbrigðismála og nýsköpunar halda árlega Nýsköpunarmessu þar sem fræðimenn á því sviði; frumrannsakendur, vísindamenn, frumkvöðlar, opinberir aðilar og einkaaðilar koma saman og bera



Góð heilsa er undirstaða lífsgæða, velsældar og velgengni samfélags.

saman bækur. Slíkt samstarf er nauðsynlegt svo nýsköpun nái fótfestu í heilbrigðisþjónustu.

Önnur mikilvæg mál

Það að mönnum sé við hæfi er alfa og omega í heilbrigðisþjónustu. Áfram verður unnið með öllum ráðum að því að svo megi verða. Þótt styrking heilsugæslu sé forgangsmál þarf sömuleiðis að vaka yfir biðtíma eftir margs konar þjónustu og skurðaðgerðum og bregðast við til samræmis. Þá þarf að huga betur að því að lyf séu notuð með skynsamlegum hætti en notkun fjölmargra lyfjategunda er mun meiri hér en í nágrennalöndunum. Þá er líklegt að fyrstu skrefin er varða einstaklingsmiðaða heilbrigðisþjónustu sem byggir á notkun erfðaupplýsinga, verði stigin áður en langt um líður. Rafræn kerfi eru mörg hver börn síns tíma og þarf að taka ákvarðanir hvornig áfram verður unnið með þau. Hugla þarf að netöryggi heilbrigðisþjónustu og að heilbrigðisviðbúnaði hvers konar, m.a. lyfjaöryggi en þar þurfum við að efla samstarf við nágrennaþjóðir okkar. Loks ber að nefna það risa verkefni sem uppbygging Landspítala við Hringbraut er samhliða því að líta þarf til enn lengri framtíðar. Einnig er fyrirhugað að skilgreina hlutverk Sjúkrahússins á Akureyri sem varasjúkrahúss og haga uppbyggingu til samræmis. Áfram verður stuðst við fjölbreytt rekstrarform þó að þungamiðja þjónustunnar verði í opinberum rekstri. Ríkisstjórnin skilur kostina við blandað heilbrigðiskerfi, ekki er ætlunin að breyta því, þótt grunnurinn eigi ávallt að vera sterkt opinbert kerfi. Útvistun þjónustu skal ætíð gerð út frá hagsmunum almennings.

Að lokum

Hér að ofan hefur einungis verið stiklað á stóru í þessum víðfeðma málaflökki og margt fleira mætti fjalla um. Flest þau verkefni sem vinna þarf til að bæta heilbrigðiskerfið munu krefjast tíma og fjármuna. Því þarf alltaf að forgangsraða og ljóst að ekki er hægt að gera allt á sama tíma. Þegar hafa þó

verið tekin ákveðin skref í þeim verkefnum sem að ofan eru nefnd. Lykilatriði er að gera sér grein fyrir að sjálfbærni heilbrigðisþjónustu verður ekki tryggð nema með bættri lýðheilsu og breytingum á veitingu heilbrigðisþjónustu.

Kæru lesendur. Góð heilsa er undirstaða lífsgæða einstaklings, velsældar og velgengni samfélags. Setjum okkur það markmið að heilbrigðisþjónusta og lýðheilsa verði hér eins og best þekkt í heiminum og vinnum markvisst í þá átt. Við eigum alla möguleika á að ná því marki; við erum rík og enn tiltölulega ung þjóð, búum við góðar aðstæður hvað lýðheilsu varðar, erum dugleg, vel upplýst og eigum frábærlega menntað starfsfólk á sviði heilbrigðisþjónustu og lýðheilsu. Ef við getum ekki skapað aðstæður fyrir góða heilsu og heilbrigðisþjónustu – hver þá?! 🌟

Vicks rakatæki léttu öndun, bæta loftið og auka vellíðan



Vicks Top Fill Cool Mist Ultrasonic – rakatæki
Verð kr. 11.666,-



Vicks Ultrasonic rakatæki – Barnvænt
Verð kr. 9.294,-



Vicks Sinus Inhaler – úðatæki
Verð kr. 7.388,-

Vefverslun:
www.donna.is

Donna
Sími 555 3100 www.donna.is

Heilsugæslan – hér fyrir þig



Ragnheiður Ósk Erlendsdóttir

framkvæmdastjóri hjúkrunar hjá Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins

Heilsugæslan er mikilvæg grunnstoð heilbrigðiskerfisins og er jafnan fyrsti viðkomustaður notanda þegar þeir þurfa á heilbrigðisþjónustu að halda. Mikil breyting hefur orðið á heilsugæsluþjónustu síðustu ár. Þverfagleg teymisvinna er orðin mun meiri, fleiri heilbrigðisstéttir taka þátt í daglegri starfsemi og aukin áhersla lögð á geðheilbrigðisþjónustu og fleira sem áður var lítil áhersla á í heilsugæslunni.

Þverfaglegt samstarf

Því miður eru heimilislæknar ekki nógu margir til að allir landsmenn geti átt sinn heimilislækni. Unnið er í því

að reyna að fjölga heimilislæknum en betur má ef duga skal. Við þessar aðstæður er mikilvægt að rýna í öll verkefni og allt verklag innan heilsugæslustöðva og leggja áherslu á að læknar hafi svigrúm til að sinna þeim verkum sem þeir einir geta sinnt. Á móti þurfa fleiri fagstéttir að koma til starfa í heilsugæslunni og taka að sér verkefni í þverfaglegu samstarfi með heimilislæknunum. Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins hefur því fjölgað fagstéttum og bætt við lyfjafræðingum, félagsráðgjöfum, næringarfræðingum, sálfræðingum, sjúkráþjálfurum og fleirum.

Kveikjan að þessum breytingum er vissulega skortur á heimilislæknum en það þýðir ekki að breytingarnar hafi neikvæð áhrif á þjónustu við okkar skjólstæðinga. Þvert á móti sýnir reynslan okkur að þessar breyttu áherslur í þjónustu geta verið til bóta fyrir þá sem til okkar leita. En breytingarnar krefjast vissulega meiri samskipta milli starfsfólks og betri tæknilegra lausna til að tryggja flæði upplýsinga milli skjólstæðinga og fagfólks.

Ef erindið þolir ekki bið

Þegar fólk lendir í bráðum veikindum eða minniháttar óhöppum sem það telur að ekki geti beðið er því bent á að hafa samband við Upplýsingamiðstöð Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins í síma 1700 eða í netspjallinu á heilsuvera.is. Í mars 2024 tók

Upplýsingamiðstöð Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins alfarið við 1700 símanum. Áður hafði 1700 síminn nær eingöngu sinnt vegvísun um heilbrigðiskerfið utan dagvinnutíma og lítið um símtöl á dagvinnutíma. Með yfirfærslu á Upplýsingamiðstöð var forgangsroðun bráðra erinda eflað og ráðgjöf hjúkrunarfræðinga í gegnum síma stórefld.

Auk þess var þróað vefbókunarkerfi sem getur tengst öllum tímabókunarkerfum heilsugæslunnar. Við það skapast möguleiki á að bóka erindi beint inn á heilsugæslustöðvar hvar sem er á landinu ef heilsugæslustöðvar tengjast viðkomandi vefbókunarkerfi. Jafnframt hófst samstarf við margar heilsugæslustöðvar bæði á höfuðborgarsvæðinu og á landsbyggðinni um að forgangsraða bráðum erindum til heilsugæslustöðvanna. Innleiðingin átti sér stað í áföngum og nú í febrúar náðist langbráður áfangi þegar allar fimmtán heilsugæslustöðvar Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins voru komnar í samstarf við Upplýsingamiðstöðina um slíka forflokun.



Upplýsingamiðstöð Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins tekur við bráðatilfellum í síma 1700.

Mikil markaðssetning hefur átt sér stað í fjölmiðlum og samfélagsmiðlum á 1700 númerinu. Erindum fjölgaði enda hratt allt síðasta ár og eru nú að jafnaði á bilinu 1.500-2.000 á dag. Almennigur er fljótur að tileinka sér nýjungar og mikilvægt að bjóða upp á einfaldar og skýrar leiðir til að þjónustan við fólk sem er með bráð erindi sé sem best. Það hefur að okkar mati tekist afar vel með þessari frábæru þjónustu Upplýsingamiðstöðvarinnar.

Gedheilbrigðisþjónustan

Á síðasta áratug hefur gedheilbrigðisþjónustan hjá Heilsu- gæslu höfuðborgarsvæðisins verið efl- d verulega, bæði á heilsugæslustöðvunum og í sérhæfðum gedheilsuteymum sem rekin eru af stofnuninni. Sum teymanna eru staðbundin og starfa með heilsugæslustöðvum á þeirra svæði á höfuð- borgarsvæðinu. Önnur starfa á landsvísu og eiga í samstarfi við heilbrigðisstofnanir um allt land.

Gedheilbrigðisþjónusta heilsugæslunnar er bæði fyrir börn og fullorðna þar sem áhersla er lögð á að meta vandann og setja upp meðferðaráætlun. Bæði er boðið upp á ein- staklings- og hópmedferðir eftir því sem við á hverju sinni. Áhersla er lögð á meðferð við þunglyndi, kvíða og áföllum þar sem vandinn er vægur eða miðlungs alvarlegur.



Forvarnir og heilsuvernd

Forvarnir og heilsuvernd eiga sér langa og farsæla sögu hér á landi. Þessi þjónusta hefur verið í boði allt frá byrjun 20. aldar og þegar fyrstu heilsugæslustöðvarnar opnuðu á átt- unda áratug síðustu aldar færðist þessi þjónusta þangað. Á öllum heilsugæslustöðvum er boðið upp á ýmiskonar forvarnar- og heilsuvernd. Þar má til að mynda nefna:

- Medgönguvernd, sem hefur það hlutverk að stuðla að heilbrigði mæðra og barna með faglegri umönnun, stuðningi og ráðgjöf ásamt því að greina áhættuþætti og bregðast við þeim. Einnig er stuðlað að öryggi og vellíðan foreldra og þau undirbúin undir foreldrahlut- verkið.
- Ung- og smábarnavernd, sem hefur það hlutverk að efla heilsu, vellíðan og þroska ungra barna með reglulegum heilsufarsskoðunum ásamt stuðningi og fræðslu til fjölskyldna þeirra.
- Heilsuvernd skólabarna, sem hefur það hlutverk að efla heilbrigði grunnskólabarna og stuðla að vellíðan þeirra. Náin samvinna er þá við skólayfirvöld, foreldra og aðra fagaðila sem koma að málefnum barna.

Þjónusta við langveika og aldraða

Heilsueflandi móttökur eru nú starfræktar á öllum heilsu- gæslustöðvum Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins. Þar er einstaklingum með fjölbættan og/eda langvinnan heilsuvanda

veitt heildræn og þverfagleg þjónusta. Áhersla er lögð á styrk- leika einstaklings og fjölskyldu til að virkja áhuga til lífsstíls- breytinga og sjálfshjálpar í átt að betri lífsgæðum.

Við erum einnig að vinna að því að styrkja heilsuvernd eldra fólks á okkar heilsugæslustöðvunum. Þessi þjónusta á að auðvelda eldra fólki aðgengi að heilbrigðisþjónustu sem sniðin er að þörfum þess. Við viljum styðja og styrkja eldra fólk til sjálfshjálpar og viðhalda þannig andlegu, líkamlegu og félagslegu heilbrigði. Einnig að samhæfa þjónustu og auðvelda samskipti einstaklinga, þjónustuaðila og fjölskyldna til að tryggja sem besta samfellu í þjónustu.

Heilbrigðisskoðun innflytjenda

Í upphafi árs 2022 í kjölfar innrásar Rússa í Úkraínu opnaði Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins nýja einingu að ósk heilbrigðisráðuneytisins sem fékk nafnið Heilbrigðisskoðun innflytjenda. Einingin er staðsett í Móttökumiðstöð um- sækjenda um alþjóðlega vernd í Domus Medica ásamt lög- reglu, Útlendingastofnun og fleiri stofnunum. Megin verkefn Heilbrigðisskoðunar innflytjenda er að veita flóttamönnum, hælisleitendum og öðrum innflytjendum frá löndum utan Evrópska efnahagssvæðisins heilbrigðisskoðun eftir komuna til landsins.

Skimanir fyrir krabbameinum

Skimanir fyrir krabbameini eru mikilvægur þáttur í starfsemi Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins. Leghálsskimanir fluttust frá Krabbameinsfélagi Íslands til heilsugæslustöðva árið 2021. Konur jafnt á höfuðborgarsvæðinu sem landsbyggðinni sem hafa fengið boðsbref geta pantað tíma í skimun fyrir leghálskrabbameini á þeirri heilsugæslustöð sem hentar best. Miðað er við að konum sé boðin skimun fyrir leghálskrabba- meini á þriggja ára fresti á aldursbilinu 23 til 29 ára og á fimm ára fresti á aldursbilinu 30 til 64 ára.

Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins tók jafnframt við því verkefni að skipuleggja skimun fyrir brjóstakrabbameini þó skimunin sjálf sé gerð af Brjóstamiðstöð Landspítalans. Þá er undirbúningur fyrir því að hefja skimun fyrir krabbameini í ristli og endaparmi á lokastigi. Prófunarfasi þar sem litlum hópi verður boðið upp á skimun er að hefjast, en tilgangurinn með honum er að kanna hvort öll kerfi sem notuð eru tengt skimuninni virki eins og þau eiga að gera. Þegar það hefur verið prófað með fullnægjandi hætti munu almennar skimanir hefjast.

Eitt púsl í stóru myndinni

Heilsugæslan er í miklu samstarfi við aðrar heilbrigðisstofnanir eins og Landspítalann og heilbrigðisstofnanir á landsbyggðinni. Unnið er markvisst að því að flæði milli kerfa verði sem best fyrir skjólstæðinga og samfella í þjónustu sé tryggð. Sam- starf með félagsþjónustunni er einnig mikilvægt sér í lagi milli heimahjúkrunar og félagslegrar heimaþjónustu.

Verkefnið „Gott að eldast“ er frábært dæmi um slíkt sam- starf. Þar er félags- og heilbrigðisþjónusta sem veitt er eldra



Heilsugæslan Hlíðum opnaði nýlega við Skógarhlíð 18 í Reykjavík.

fólki í heimahúsi sambætt, undir sameiginlegri mannafla- og fjármálastjórn. Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins tekur þátt í þessu verkefni á svæði Mosfellsbæjar, Kjalarness og Kjósar.

Horft til framtíðar

Ljóst er að fjölgun aldraðra og langveikra á komandi árum verður áskorun í öllu heilbrigðiskerfinu, ekki bara heilsugæslunni. Í dag vitum við að eftirspurnin er meiri en svo að við getum annað henni með þeirri þjónustu sem við getum veitt

og við sjáum ekki fram á að það muni breytast. Mikilvægt er fyrir allar heilbrigðisstofnanir að rýna vel í starfseminu og meta mikilvægi allra verka. Þegar mannauður er af skornum skammti þarf að horfa til annarra þátta sem geta aukið og bætt þá þjónustu sem starfsfólkið veitir.

Í því samhengi er nauðsynlegt að ráðast í uppbyggingu ýmskonar rafrænna lausna sem geta bæði aukið skilvirkni en einnig tryggt betra öryggi í þjónustunni. Einnig eru húsa-kostur, aðbúnaður og tækjakostur mikilvægir þættir sem leggja verður mikla áherslu á. Heilsugæslustöðvarnar í dag eru margar hverjar í upprunalegu húsnæði sem tekur mið af starfsemi sem var þá. Nauðsynlegt er að vinna jafnt og þétt af því að koma þeim í húsnæði sem gefur okkur kost á að veita sem besta þjónustu við alla sem til okkar leita.

Eins og öll önnur heilbrigðisþjónusta eru verkefni heilsugæslunnar í sífelldri þróun. Okkar markmið er alltaf að veita sem allra besta þjónustu fyrir okkar skjólstæðinga. Því markmiði náum við aðeins með því að hlúa sem best að okkar góða starfsfólki, enda er heilsugæsla ekkert annað en það fólk sem þar vinnur. Við erum öll að vinna að sama markmiði og þurfum að tileinka okkur sveigjanleika og lausnamiðað viðhorf til að ná sem bestum árangri áfram. 🌟



Aukið sjálfstæði í daglegu lífi

Fastus heilsa býður upp á fjölbreytt úrval hjálpertækja sem mæta ólíkum þörfum. Faglegt teymi sérfræðinga veitir ráðgjöf og aðstoð.
Pantaðu ráðgjöf í síma 580 3900

FASTUS

HEILSA

VINNUM MEÐ ÞEIM BESTU

Höfðabakki 7, 110 Reykjavík | fastusheilsa.is

Reykjavík

ABC ehf bókhald og reikningskil,
Borgartúni 22

Alba gistiheimili, Eskihlíð 3

Almenna bilaverkstæðið ehf, Skeifunni 5

Analytica ehf, Síðumúla 14

ARGOS ehf-Arkitektastofa Grétars og
Stefáns, Eyjarslóð 9

Arkitektastofan OG ehf, Hátúni 6a

ASK Arkitektar ehf, Geirsgötu 9

Atlantflug ehf, Reykjavíkflugvelli og
Skaftafelli

Atorka ehf verktakar og vélaleiga,
Vættaborgum 117

Auglýsingastofan ENNEMM, Skeifunni 10

Augnlæknar Reykjavíkur ehf, Hamrahlíð 17

Ásar, Ellen Ingvadóttir- löggiltur dómtulkur og
skjalabyðandi

Bandalag háskólanna BHM, Borgartúni 6

Barnasálfræðistofan

BBA FJELDCO ehf, Katrínartúni 2

Ber ehf, Gerðhömrum 30

BGI málarar ehf, Brekkubæ 17

Bilamálun Sigursveins Sigurðssonar,
Hyrjarhöfða 4

Bílasalan Heimsbilar ehf, Kletthálsi 2

Bílasmiðurinn hf, Bildshöfða 16

Bilaverkstæði Jóns T Harðarsonar,
Bildshöfða 18

Bjarni Sigurðsson tannlæknir, s: 588 8866,
Faxafeni II

Bohemia Kristall ehf, Álfrheimum 74

Bor ehf, Eldshöfða 23

Borg fasteignasala ehf, Síðumúla 23

Borgar Apótek, Borgartúni 28

Borgarbókasafn Reykjavíkur, Tryggvagötu 15

Bókhaldsstofa Arnar Ingólfssonar ehf,
Nethyl 2a

Bón Fús, Súðarvogi 32

Brúnás innréttingar, Ármúla 17a

BSRB - bandalag starfsmanna ríkis og bæja,
Grettisgötu 89

Devitos Pizza ehf, Laugavegi 126

Dubliners

Eðalbilar ehf, Fosshálsi 9

Eignaumsjón hf, Suðurlandsbraut 30

Eldur og is - Ísbúð og ferðabjónusta,
Skólavörðustíg 2

ENVRALYS

Farmasia, Stígahlíð 45-47

Fella- og Hólasókn, Hólabergi 88

Ferðafélagið Útivist, Katrínartúni 4

Félag íslenskra bifreiðaeigenda, Skúlagötu 19

Félag íslenskra hjúkrunarfræðinga,
Suðurlandsbraut 22

Fiskmarkaðurinn ehf, Aðalstræti 12

Fjárhald ehf

Fjölver ehf, oliurannsóknir, Hólmaslóð 8

Fold uppboðshús ehf, Rauðarárstíg 12-14

Frakftutningur ehf, Sogavegi 216

Föt og skór ehf, Kringlunni 6

G.Á. verktakar sf, Austurfold 7

G.K. trésmíði ehf, Vættaborgum 21

Gastec ehf, Vagnhöfða 9

Gatnaþjónustan ehf, Útkoti

GB Tjónavíðgerðir ehf, Draghálsi 6-8

Gleipnir verktakar ehf, Vagnhöfða 20

Golfskálinn, golfverslun, Bildshöfða 16

Grettir, vatnskassar ehf, Vagnhöfða 6

Grillhúsið

Gróðrarstöðin Mörk, Stjörnugróf 18

Grænn markaður ehf, Réttarhálsi 2

Gullnesti ehf, Gylfaflöt 1-3

Gúmmisteypa P. Lárusson ehf, Gylfaflöt 3

H og S byggingaverktakar ehf, Árskógar la

H&S Rafverktakar ehf, Stangarhyl 6

H.Jónsson ehf, réttung og sprautun,
Smíðshöfða 14

Hagi ehf-Hilti, Stórhöfða 37

Hagvangur ehf, Skógarhlíð 12

Hamborgarabúlla Tómasar, Geirsgötu 1

Hamborgarabúlla Tómasar - Við erum öll jöfn,
Bildshöfða 18

Hampiðjan hf, Skarvagörðum 4

Hárgreidslustofan Crinis, Þönglabakka I

Hársnyrtistofan Aida, Blönduhlíð 35

Heildverslunin Glit ehf, Krókhálsi 5

Henson sports, Brautarholti 24

Hitastýring hf, Ármúla 16

Hjúkrunarheimilið Skjól, Kleppsvegi 64

Hljá Tannlæknastofa, Álfrheimum 74

Hótel Leifur Eiríksson ehf, Skólavörðustíg 45

Hreinsitækni ehf, Stórhöfða 37

Hringsjá, náms- og starfsendurhæfing,
Hátúni 10d

Húsværd ehf, Langagerði 120

Höfðahöllin bílasala, Funahöfða I

Höfðakaffi ehf, Vagnhöfða II

Iðnu útgáfa, Brautaholti 8

INNlufun Innréttingaverslun,
Suðurlandsbraut 26

Innes ehf, Kornögörðum 3

Intellecta ehf, Höfðabakka 9

Ísbúðin Erluis, Fákafeni 9

ÍslandsApótek ehf, Laugavegi 53b

Íslenski barinn ehf, Ingólfsstræti la

Ís-spor ehf, Síðumúla 17

Íþróttabandalag Reykjavíkur, Engjavegi 6

Íþróttasamband fatlaðra, Engjavegi 6

JE Skjanni ehf, byggingaverktakar,
Stórhöfða 33

Jeppabjónustan Breytir ehf, Stórhöfða 35

Jómfrúin veitingahús ehf, Lækjargötu 4

K. H. G. Þjónustan ehf, Eirhöfða 14

K16 ehf, byggingaverktaki, Stórhöfða 23,

Keldan ehf, Borgartúni 25

Kemi ehf-www.kemi.is, Tunguhálsi 10

Kjaran ehf, Síðumúla 12-14

Klettur - sala og þjónusta ehf,
Klettagörðum 8-10

Klettur-Skipaafgreiðsla ehf, Kornögörðum 5

Kvika banki hf, Katrínartúni 2

Landslag ehf, Skólavörðustíg 11

Landsamband lögreglumanna, Grettisgötu 89

Laugarásbió, Laugarási

Lifland og Kornax, Brúarvogi I-3

Ljósmyndir Rutar og Silju ehf, Skipholti 31

Lyfjaver ehf, Suðurlandsbraut 22

Lögfræðistofa Reykjavíkur ehf, Borgartúni 25

Málarameistarar ehf, Kriuhólum 2

Málarasmíðjan ehf, Mánatúni I

Meba- úr og skart, Kringlunni og Smáralind
memaxi.is - Samskipta- og skipulagslausn

Millimetri sf, Blesugróf I

MS Armann skipamiðlun ehf, Tryggvagötu 17

Múrarmeistarafélag Reykjavíkur,
Borgartúni 35

Norda ehf, Suðurlandsbraut 10

Oliudreifing ehf, Hólmaslóð 8

Orka ehf, Stórhöfða 37

Ólafur Þorsteinsson ehf, Vatnagörðum 4

Ósal ehf, Tangarhöfða 4

Óskaskrín ehf, Suðurlandsbraut 30

Páll V. Einarsson, Víðimel 31

Pingpong.is, Síðumúla 35

Pixel ehf, Ármúla I

Pjakkur ehf, Sóleyjarrima II9

Plastiðjan ehf, Héðinsgötu 2

Pólyhúðun ehf, Tunguhálsi 8

Rafha ehf, Suðurlandsbraut 16

Rafax ehf, Lambhagavegi 9

RAFMENTT - fræðslusetur rafíðnadarins,
Stórhöfða 27

Rafstjórn ehf, Stangarhyl la

Reiðhjólaverslunin Berlin, Háaleitisbraut 58-60

Reykviskir lögmenn sf, Pósthússtræti 3

Réttur - ráðgjöf & málfutningur
Klappartíg 25-27

Rima Apótek, Langarima 21-23

Rolf Johansen & Co ehf, Skútuvogi 10a

Rýni endurskoðun ehf, Suðurlandsbraut 18

Salka bókaúð og útgáfa, Hverfisgötu 89-93

Sameyki stéttarfélag í almannabjónustu,
Grettisgötu 89

Samtök starfsmanna fjármálaframtækja-SSF,
Nethyl 2e

Scala, hárgreidslustofa, Lágmúla 5

SHV pípuþvottabjónusta ehf, Funafold 54

Sigurraf ehf, Stararima 5

Síma- og tölvulagnir hf, Kirkjustétt 34

Sjáværsýn ehf, Egisíðu 78

Sjúkrálfélag Íslands, Grensásvegi 16

Sjúkrálfélag Reykjavíkur, Fiskislóð I

Sjúkrálfélag Styrkur ehf, Höfðabakka 9

Skolphreinsun Ásgeirs sf, Unufelli 13

Skorri ehf, Bildshöfða 12

Skólavefurinn, Laugavegi 163

Skrifstofuvörur ehf, Skútuvogi II

Skýrslur og skil, Suðurlandsbraut 46

Smith og Norland hf, Nóatúni 4

Snyrtistofa Árbæjar - Bleika stofan,
Hraunbæ 102

Snyrtistofan Verði þinn vilji, Borgartúni 3

Sonik tækni ehf, Jöfubási 4

Stansverk ehf, Hamarshöfða 7

Svefn og heilsa, Engjateigi 19

Söluturninn Vikivaki, Laugavegi 5

Tannlæknafélag Íslands, Síðumúla 35

Tannlæknastofa Gunnars Róasarsonar,
Vegmúla 2

Tannréttingar sf, Snorrabraut 29

Tannréttingastofan ehf, Grensásvegi 16

Tark - Arkitektar, Hátúni 2b

Teikna - teiknistofa arkitekta ehf,
Suðurlandsbraut 20

Tékkland bifreiðaskoðun ehf, Hátúni 2a

Tónastöðin ehf, Skipholti 50d

Trésmíðja Pálma ehf

Trévirki ehf, Skeifunni 3

Tösku- og hanskabúðin ehf, Laugavegi 103

Úðafoss ehf, efnalaug, Vitastíg 13

Úti og inni sf, Þingholtsstræti 27

Vagnar og þjónusta ehf, Tunguhálsi 10

Vatnaskil ehf, Síðumúla 28

VDO ehf, Tunguhálsi 19

Veidþjónustan Strengir, Smárarima 30

Vektor, hönnun og ráðgjöf ehf, Síðumúla 3

Verkfærasalan ehf, Síðumúla 9

Verksýn ehf-www.verksyn.is, Síðumúla I

Verslunin Vinberid, Laugavegi 43

Vesturgarður ehf, Laugavegi 59

Vélar og skip ehf, Hólmaslóð 4

Vélvik ehf, Höfðabakka I

Vilhjálmsson sf, heildverslun, Sundaborg I

Vörubíla og grófuþjónusta

Vörubílastöðin Þróttur hf, Sævarhöfða 12

Vörukaup ehf, heildverslun, Lambhagavegi 5

Wirth á Íslandi ehf, Norðlingabraut 8

Þ Þorgrímsson og Co ehf, Ármúla 29

Þór hf, Krókhálsi 16

Þrif og þvottur ehf, Reykjavíkurvegi 48

Vogar

Arktik Rok Motel ehf, lóndal I

Kálfatjarnarsókn, Vatnsleysuströnd

Sveitarfélagið Vogar, lóndal 2

Við sjóinn, tjaldstæði

Kópavogur

Brosið heilsuklinik, Hlíðasmára 19, 4 hæð

ALARK arkitektar ehf, Dalvegi 18

Arks arkitektar ehf, Vesturvör 7

Bifreiðaverkstæðið Toppur ehf, Skemmuvegi 34

Birtingaholt ehf, Gulapíngi 66

Bílasprautun og réttungar Auduns,
Aubrekku 27

Blikksmiðjan Vik ehf, Skemmuvegi 42

Brunabótafélag Íslands, Hlíðasmára 8

Áskoranir félagslegra heilbrigðiskerfa



Rúnar Vilhjálmsson
prófessor í félagsfræði
við Háskóla Íslands

Á Íslandi er rekið félagslegt heilbrigðiskerfi (e. socialized health system, national health service system) líkt og á við um önnur Norðurlönd, Bretlandseyjar, Kanada og nokkur lönd í Suður-Evrópu. Slík heilbrigðiskerfi hafa nokkur megin einkenni. Fyrst má nefna að íbúar landanna eiga almennan rétt til heilbrigðisþjónustu. Til að tryggja þennan rétt er þjónustan fjármögnuð að langmestu leyti af hinu opinbera, sem jafnframt skipuleggur þjónustuna, á að mestu aðstöðuna sem notuð er og rekur sjálft helstu rekstrar-

einingar kerfisins. Í félagslegum heilbrigðiskerfum er gjarnan veitt heimild til takmarkaðs einkareksturs heilbrigðisþjónustu og þjónustuþegarnir eru þá látnir greiða kostnaðarauka sem af því getur leitt.

Félagsleg heilbrigðiskerfi hafa tvö meginmarkmið. Annars vegar að veita góða og gagnreynda heilbrigðisþjónustu og hins vegar að tryggja sem jafnast aðgengi að þjónustunni. Þessi markmið koma fram í I. grein laga um heilbrigðisþjónustu þar sem talað er um „að allir landsmenn eigi kost á fullkornustu heilbrigðisþjónustu sem á hverjum tíma eru tök á að veita.“ Félagslegu kerfin standa almennt vel í samanburði við önnur heilbrigðiskerfi þegar lítið er til aðgengis almennings að þjónustunni og árangurs þjónustunnar út frá ýmsum mælikvörðum á lýðheilsu, svo sem útbreiðslu sjúkdóma, dánartíðni og ævilengd. Þá er ójöfnuður í heilsufari milli hópa almennt minni í félagslegu kerfunum.

Áskoranir í félagslegu heilbrigðiskerfi

Félagsleg heilbrigðiskerfi standa frammi fyrir ýmsum áskorunum. Í fyrsta lagi má nefna að kostnaður þessara kerfa, eins og annarra heilbrigðiskerfa, hefur vaxið að raungildi síðustu áratugi. Í vitleitni sinni til að takmarka aukningu heilbrigðisútgjalda hafa stjórnvöld víða brugðið á það ráð að auka aðhald í fjárveitingum til opinberra heilbrigðisstofnana, halda aftur af launahækkunum opinberra heilbrigðisstarfsmanna, takmarka framboð opinberrar þjónustu með rekstri biðlista,

endurskoða þátttöku sjúklinga í kostnaði við heilbrigðisþjónustuna, og auka einkaframkvæmd þjónustunnar.

Hér er rétt að nefna að aukin einkafjármögnun heilbrigðisþjónustu (sjúklingagjöld) stríðir gegn markmiðum félagslegs heilbrigðiskerfis og eykur ójöfnuð milli hópa í aðgengi að nauðsynlegri heilbrigðisþjónustu. Árið 2022 námu heildarútgjöld til heilbrigðismála á Íslandi 8,6% af vergri landsframleiðslu og var Ísland í 27. sæti af 48 OECD-ríkjum (OECD: Health at a Glance, 2023). Hlutfall einkafjármögnunar í heilbrigðisþjónustunni hefur lækkað nokkuð héraðs undanfarin ár, en hækkaði þó frá árinu 2021 og var 16,7% af heilbrigðisútgjöldunum 2022. Sú fjármögnun stafar að langmestu leyti af greiðsluþátttöku sjúklinga, sem er hærri á Íslandi en annars staðar á Norðurlöndunum, ef Finnland er undanskilið. Ljóst er af þessu að Ísland ætti að geta gert enn betur með aukinni þátttöku hins opinbera í kostnaði vegna heilbrigðisþjónustunnar til að tryggja meiri jöfnuð í aðgengi að þjónustunni.

Tafla I. Rekstrarleg ábyrgð hins opinbera í heilbrigðisþjónustunni

MINNST	MEIRI	MEST
Kaup og sala á heilbrigðisþjónustu fer að mestu fram á „frjálsum“ markaði.	Hið opinbera setur reglur og/eða semur um verð og tegund/magn heilbrigðisþjónustu sem veitt (keypt) er.	Hið opinbera starfrækir heilbrigðisþjónustuna

Önnur áskorun tengist málarekstri og aðgerðum af hálfu tiltekinna hagsmunaaðila og stjórnvaldaflokka í því skyni að auka einkarekstur (fyrirtækjarekstur) í heilbrigðisþjónustunni. Afleiðingar þess má sjá í einkarekstrarvæðingu á undanförunum árum. Hér þarf að hafa í huga að með auknum einkarekstri minnkar ábyrgð hins opinbera á starfrækslu heilbrigðisþjónustunnar og erfiðara getur orðið að tryggja félagsleg markmið þjónustunnar (Tafla I). Hér má til dæmis nefna staðsetningu þjónustunnar, en einkaaðilar reka einkum heilbrigðisþjónustu í mesta þéttbýlinu. Einkarekstrinum geta einnig fylgt hærri komugjöld sjúklinga, en gjöldin hafa mest áhrif á tekjulægri einstaklinga. Loks er að nefna að oft skortir á að einkaaðilar veiti heildstæða þjónustu. Þeir hafa rúmt svigrúm til að skilgreina afgreiðslu- og vinnutíma og geta valið úr verkefnum og sjúklingum, sem leiðir ósjaldan til þess að bráð og erfið tilfelli og ýmsir fylgikvillar meðferða lenda hjá

opinberum þjónustuaðilum. Með auknum einkarekstri getur áhersla orðið á léttari og einfaldari sjúkdómstílfelli fremur en þau flóknari og þyngri sem ættu þó að hafa meiri forgang í heilbrigðisþjónustunni. Þegar það gerist er mannaflí ekki nýttur með besta móti. Þá hefur oft reynst erfitt að fá nauðsynlegar upplýsingar um þá þjónustu sem aðilar í einkarekstri veita. Það skerðir yfirsýn og getur bitnað á þeirri samfelli sem þarf að vera í þjónustu við sjúklinga. Loks má geta þess að einkarekin heilbrigðisþjónusta sinnir síður en sú opinbera menntun og þjálfun nemenda, sem er forsenda viðhalds og endurnýjunar mannaflans í þjónustunni.

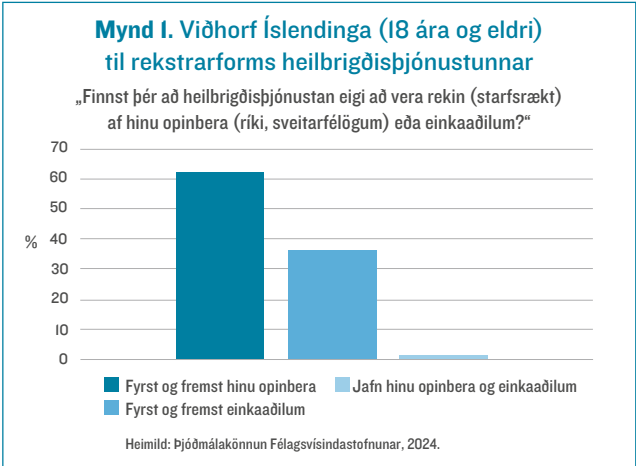
Tafla 2. Frestun lækniþjónustu			
Hlutfall Íslendinga 18-75 ára sem hafa frestað lækniþjónustu sem þörf var fyrir síðastliðna 6 mánuði:			
1998	2006	2015	2023
23,9%	21,7%	21,8%	25,4%
Algengustu ástæður frestunar lækniþjónustu 2023 (% af þeim sem fresta):			
1. Gat ekki fengið tíma nægilega fljótt (47%)			
2. Taldi ferð til læknis ekki gera mikið gagn (29%)			
3. Of dýrt (kostnaður þjónustunnar) (24%)			
4. Of upptekin/n (komst ekki til læknis vegna annarra verkefna) (22%)			

Gögn: Landskannanir Rúnars Vilhjálmssonar (1998-2015) og Félagsvísindastofnunar (2023).

Athuganir sýna að fjórðungur fullorðinna Íslendinga frestar lækniþjónustu sem þörf er fyrir og hefur það hlutfall aukist nokkuð frá fyrri tíð (Tafla 2). Algengasta ástæða frestunar snýr að bið eftir videigandi þjónustu. Kostnaður vegna þjónustunnar er svo þriðja algengasta ástæðan sem fullorðnir nefna fyrir frestun lækniþjónustu. Þessar niðurstöður undirstrika mikilvægi þess að tryggja mönnum heilbrigðisþjónustunna og snýr það aðallega að heilsugæslunni. Þá þarf að draga enn frekar út útgjöldum sjúklinga svo þeir veigri sér ekki við að leita heilbrigðisþjónustu vegna kostnaðar.

Verkefni framundan

Stjórnvöld á Íslandi þurfa að skapa opinberri heilbrigðisþjónustu eðlilega umgjörð. Þetta gildir um launakjör og starfsaðstæður heilbrigðisstarfsmanna, aðbúnað sjúklinga og þátttöku hins opinbera í kostnaði við heilbrigðisþjónustuna. Almennungur á Íslandi er almennt á þeirri skoðun að rekstur heilbrigðisþjónustunnar eigi að vera á ábyrgð hins opinbera (Mynd 1). Sé samið við einkaaðila til ákveðins tíma um tiltekna þætti heilbrigðisþjónustunnar verður sú ákvörðun að vera byggð á heildrænum sjónarmiðum um gæði og aðgengi



þjónustunnar og má ekki bitna á rekstri eða uppbyggingu annarrar mikilvægrar heilbrigðisþjónustu sem opinberir aðilar veita. Það er röng heilbrigðisstefna að þrængja svo að opinberri heilbrigðisþjónustu að biðlistar aukist og lengist, en veita svo fé til einkaaðila til að ná niður biðlistunum. Jafnframt þarf að styrkja heilsugæsluna svo hún geti verið fyrsti viðkomustaður sjúklinga, haft yfirsýn yfir heilsufarsvanda þeirra, sinnt heilsueflingu og forvörnum, veitt fyrsta stigs meðferð, og vísað skjólstæðingum sínum á réttan stað þurfi þeir aðra sérhæfðari þjónustu. Meginmarkmiðin verða ávallt að vera skýr: Að veita góða og gagnreynda heilbrigðisþjónustu og tryggja sem jafnast aðgengi að henni. 🌟

Vantar smurolíu í augun?

Vertu viss með VISMED

Svissnesk gervitár við augnþurrki
Fást í öllum helstu apótekum



Sjúkdómsvæðing mennskunnar



Svava Arnardóttir
formaður landssamtakanna
Geðhjálp

Fjöldi fólks tekst á við andlegar áskoranir ár hvert og sífellt fleiri uppfylla greiningarskilmála fyrir einhvers konar „geðsjúkdóm“. Svo virðist vera sem heimsfaraldur COVID-19 hafi leitt til enn frekari geðheilbrigðisvanda á heimsvísu. Þá ber sérstaklega að nefna umtalsverða fjölgun einstaklinga með kvíða- eða þunglyndisgreiningar. Það að fjöldi þeirra sem finna fyrir geðheilbrigðisvanda er enn um 20% yfir meðaltali fyrir heimsfaraldurinn, gæti tengst ýmsum samfélagslegum þáttum á borð

við efnahagskreppu, umhverfisögn og pólitíska spennu.

Flestir öryrkjar á Íslandi

Þróunin á Íslandi hefur verið með sama hætti. Hvergi á Norðurlöndunum eru fleiri öryrkjar fertugir eða yngri en á Íslandi. Á Íslandi og í Noregi er einnig hæsta hlutfall öryrkja samanborið við mannfjölda. Algengast er að fólk fái samþykktar örorkubætur sökum andlegra áskorana. Sem dæmi má nefna að árið 2020 voru „geðraskanir“ helsta ástæða 38% allra örorku- eða endurhæfingarmata hjá Tryggingastofnun ríkisins. Fjöldmörg önnur takast á við andlegar áskoranir þó að það sé ekki helsta ástæða örorku þeirra. Sé sá fjöldi tekinn með hækkan heildartala þeirra sem takast á við andlegar áskoranir og eru á örorkubótum upp í 60%. Samhliða þessu taka Íslendingar að meðaltali tvöfalt meira af geðlyfjum en hinar Norðurlandabjóðirnar. Við eigum metið hvort heldur sem litid er til hefðbundinna þunglyndislyfja, svefnlyfja eða annarra deyfilyfja.

Í OECD-löndunum hefur ávísun geðlyfja tvöfaldast frá árunum 2000 til 2015. Þróunin hefur haldið áfram með sama hætti og aukist um tæplega 50% til viðbótar frá 2011 til 2021. Töluverður fjölbreytileiki er í mynstrinu á milli landa en þó sker Ísland sig sterkt úr hópnum með langmesta geðlyfjanotkun enda hafa Íslendingar átt heimsmetið í þunglyndislyfjanotkun árum saman. Sífellt fleiri leita sér hjálpar innan geðheilbrigðiskerfisins og geðlyfjum er ávísad í stigvaxandi mæli. Vandinn virðist þó aukast. Ég tel tímabært að

við stöðrum við og spyrjum áleitinna spurninga um viðteknar venjur í íslenski geðheilbrigðisþjónustu.



Tvöfalt meiri notkun geðlyfja hér en á hinum Norðurlöndunum.
Mynd: Myriam Zilles.

Leitum að rótunum

Í stað þess að greina sífellt fleiri með geðsjúkdóm og beina inn í fjársvelt kerfi sem nær ekki að anna eftirspurn, ættum við að leita eftir rótum vandans. Af hverju er svona stór hópur fólks að ganga í gegnum þjáningu, lífskreppu eða getur einfaldlega ekki þrífist í óbreyttu ástandi? Við ættum að horfa til þeirrar samfélagsgerðar sem við lifum í. Við göngum í gegnum áföll, lifum í fátækt, upplifum gríðarlegt álag um að standa okkur á öllum vígstöðvum í sífellt hraðari heimi eða fáum í arf ákveðið kynslóðabundið trauma sem var aldrei gert almennilega upp. Mörg okkar tilheyra ólíkum hópum innan samfélagsins og upplifum jaðarsetningu eða mismunum því tengt. Þar ber meðal annars að nefna hinsegin fólk og fólk af ólíkum uppruna, auk einstaklinga sem verða fyrir fordómum vegna kyns síns, útlits og eða færni. Þessi upptalning er langt frá því að vera tæmandi listi. Það að við göngum í gegnum andlegar áskoranir í kjölfar þessa eru skiljanleg viðbrögð við óeðlilegum aðstæðum. Við erum ekki brotin eða veik, þó að vissulega sé þjáning okkar djúp og raunveruleg. Við erum kanarífuglinn sem syngur í námunni, sem er merki um að umhverfið sé ekki lengur sérlega lífvænlegt og það þurfi að gera raunverulegar breytingar þar á.

Meðferðir

Meðhöndlun og viðhorf til þeirra sem samfélagið telur „geðveik“ hefur öldum saman einkennst af útilokun og aðskilnaði



Kópavogsbær



NORÐLENSKA

Brunahönnun slf, Hlíðasmára 19
Elfa Guðmundsdóttir tannlæknir, s: 564 6250,
Salavegi 2
Fagtækni ehf, Akralind 6
GK heildverslun ehf, Smiðjuvegi 4
goddi.is, Auðbrekku 19
Hefilverk ehf, Jörfalind 20
Hjartavernd, Holtasmára 1
Hjálmarsson ehf, Álfrólsvegi 65
Hoist vinnulyftur, Víkurhvarfi 4
Hreinir Garðar ehf, Víkurhvarfi 4
Íslenskt sjávarfang ehf, Bakkabraut 2
Ísnes ehf, heildverslun, Hamraborg 5
JÓ lagnir ehf, Fifuhjalla 17
JS-hús ehf, Skemmuvegi 34a
Kalli K ehf-Karl K Karlsson, Víkurhvarfi 1
KAPP ehf, Turnahvarfi 8
Kínahöfð veitingahús, Nýbýlavegi 20
Kraftvélar ehf, Dalvegi 6-8
Lakkskemman ehf, Skemmuvegi 30
Landmótun sf, Hamraborg 12
Lind fasteignasala ehf, Bæjarlind 4
Litlarent ehf, Skemmuvegi 4
Lín design, Smáratorgi
Loft og raftækni ehf, Hjallabrekku 1
LS Retail ehf, Hagasmára 3
Lyfjaval ehf, Urðarhvarfi 8
Mannrækt og menntun ehf, Grundarsmára 5
Norm X ehf, Auðbrekku 6
Parma Pizzeria ehf, Hlíðasmára 15
Pottagaldrar ehf, Dalbrekku 42
Prófill tannrétting slf, Hlíðasmára 17
Rafmiðlun hf, Ögurhvarfi 8
Rakarastofan Herramenn, Hamraborg 9
Ræstitækni ehf
S.G.Gluggar og útihúðir ehf, Smiðjuvegi 32
Skalli, Ögurhvarfi
Slot ehf, Dimmuhvarfi 21
SM kvótaþing ehf, Bæjarlind 16
Suðurverk hf, Hlíðasmára 6
Tengi ehf, Smiðjuvegi 76
Útfararstofa Íslands ehf, Auðbrekku 1
Vigdísarholt, Kópavogsbraut 1c
Vinnufót, heildverslun ehf, Bæjarlind 1-3
Zenus - sófar & gluggatjöld, Víkurhvarfi 2

Garðabær

AH Pípulagnir ehf, Suðurhrauni 12c
Arctic Sport ehf, Miðhrauni 13
Efnalaug og fatahreinsun Garðabæ, Garðatorgi 3
Engilbert ÓH Snorrason tannlæknastofa sf,
Garðatorgi 3
Fimir ehf, Skrudási 14
Friðrik A Jónsson ehf, Miðhrauni 13
Gólfslipun ehf
Kerfóðrun ehf, Hraungötu 3
LC Ráðgjöf ehf stjórnunar- og rekstrarráðgjöf
Loforka Reykjavík ehf, Miðhrauni 10
Miklatorg hf - IKEA, Kauptúni 4

Nýbrif - ræstingaverktaki ehf, Garðatorgi 2b
Sparnaður - Bayern Líf, Garðatorgi 7
Stíflubjónustan ehf, Furulundi 1
Val - Ás ehf, Suðurhrauni 2

Hafnarfjörður

Armar ehf, Kaplahrauni 2-4
Bergplast ehf, Breiðhelli 2
Bjarnar ehf, Einhella 5
Bjössu ehf, Skútahrauni 9
Boðunarkirkjan.is, Útvarp Boðun FM 105,5
og FM 104,9
Bortækni ehf, Stapahrauni 7
Dverghamar ehf, Lækjarbergi 46
EÖ-Tréverk sf, Háabergi 23
Flotgöf ehf, Álfrólsvegi 5
Flúrlampar ehf, Reykjavíkurvegi 66
G.S. múrverk ehf, Hvassabergi 4
Gröfubjónusta Grafa og grjót ehf, Hringhelli 7
GT Verktakar ehf, Raudhelli 1
Hafnarfjarðarbær
Hafnarfjarðarhöfn, Óseyrarbraut 4
Hagtak hf, Melabraut 13-15
Héðinn Schindler lyftur hf, Gjótuhrauni 4
Holtanesti, Melabraut 11
Hvalur hf, Reykjavíkurvegi 48
Kat ehf, Hafnargötu 1
Knattspyrnufélagið Haukar, Ásvöllum
Kæling ehf, Stapahrauni 6
Matvex ehf, Kaplahrauni 19
Micro-ryðfrí smíði ehf, Einhelli 9
Netorka hf, Dalshrauni 1
Nonni Gull, Strandgötu 37
Pípulagnaverktakar ehf, Hvaleyrarbraut 41
Pylsubarinn Hafnarfirði, Fjardargötu 9a
Rafeining ehf, Flatashrauni 5b
S.G múrverk ehf, Hvassabergi 4
SIGN ehf, skartgripaverkstæði, Fornubúðum 12
Sjúkraþjálfarinn ehf, Strandgötu 75
Skerpa renniverkstæði, Skútahrauni 9a
Storvik - útibú á Íslandi, Eyrartröð 18
ThorShip, Selhelli 11
Trésmiðjan okkar ehf, Lyngbergi 19a
Útvík hf, Eyrartröð 3
Verkalýðsfélagið Hlíf, Reykjavíkurvegi 64
Verkþing ehf, Kaplahrauni 22
Viking Björgunarbúnaður, Íshelli 7
Þaktak ehf, Grandatröð 3

Álftanes

Prentmiðlun ehf, Hólmatúni 55

Reykjanesbær

ÁÁ verktakar ehf, Bolafliót 13
Bergnet ehf, Hafnargötu 36
Berggraf ehf, Selvík 3
Bílasprautun Magga Jóns ehf, lðavöllum 11

Bílabjónusta Fitjavíkur sf, Njardarbraut 3d
Brunavarnir Suðurnesja, Flugvöllum 33
Dýralæknastofa Suðurnesja - www.dskef.is,
Fitjabakka 1B
Ellert Skúlaon ehf, Selvík 3
Ferðabjónusta Reykjaness ehf
Kalka sorpeyðingarstöð sf, Berghólabraut 7
Kast.is, Hafnargötu 25
Lotus Car Rental ehf, Flugvöllum 6
M² Fasteignasala & Leigumíðlun, Hólmgarði 2c
Ny-sprautun ehf, Njardarbraut 15
OSN lagnir ehf, lðavöllum 7b
Rétt sprautun ehf, Smiðjuvöllum 7
Rörvirki sf, Lüðvík Gunnarsson, Móavöllum 4
S.Á. verkstæði ehf, Fitjabraut 2
Sigurjónsbakari, Hólmgarði 2
Skipasmíðastöð Njardvíkur hf, Sjávargötu 6-12
Skólar ehf, Keilisbraut 773
Slægning ehf, Básvégi 1
Sporthúsið Reykjanessbæ, Flugvallarbraut 701
TSA ehf, Brekkustíg 38
Visir, félag skipstjórnarmanna á Suðurnesjum,
Hafnargötu 90

Grindavík

Bláa Lónið HQ, Norðurljósavegi 9
Einhamar Seafood ehf, Verbraut 3a
Stakkavík ehf, Bakkalág 15b

Suðurnesjabær

Lighthouse Inn
Sl raflagnir ehf, lðngörðum 21
Suðurnesjabær, Sunnubraut 4
Útskálakirkja, Útskálum
Vélsmiðja Sandgerðis ehf, Vitatorgi 5

Mosfellsbær

Aflrás ehf - bifreiðaverkstæði, Desjamýri 1
Aftak ehf, Völuteigi 1
Álguggar JG ehf, Flugumýri 34
bílalokun.is, kopsson.is, Völuteigi 11
Byggingafélagið Bakki ehf, Þverholti 2
Dalsgarður ehf, gróðrarstöð, Dalsgarði 1
Elektrus ehf - löggiltur rafverktaki, Bröttuhlíð 1
Esja eignir ehf, Hrafnshöfða 25
Flotlagnir ehf, Desjamýri 8
Gardmenn ehf, Álafossvégi 20
Glertækni ehf, Völuteigi 21
Guðmundur S Borgarsson ehf, Reykjahvoli 33
Hammer ehf, Akurholti 21
Hugmót ehf
Lionsklúbburinn Úa Mosfellsbæ
Malbikstöðin ehf, Flugumýri 26
MIG Verk ehf, Dvergholti 13
Nonni litli ehf, Þverholti 8
Salson - byggingabjónusta ehf, Lágaholti 3
Sjúkraþjálfun Heilsuefning Mosfellsbæjar,
Urðarholti 4

Smíðastofa Sigurðar R. Ólafs ehf, Völuteigi 5
Umbúðamiðlun ehf, Völuteigi 31
Vatnsborun ehf, Seljabrekku
VGH-Mosfellsbæ ehf, Flugumýri 36

Akranes

Garðar Jónsson, málaramestari
GrasTec ehf, Einigrund 9
Höfði hjúkrunar- og dvalarheimili,
Sólmundarhöfða 5
Nordurál ehf, Grundartanga
Sementsverksmiðjan hf, Mánabraut 20
Skipaskagi ehf, Litlu-Fellsöxl
Verslunin Einar Ólafsson ehf, Skagabraut 9-11

Borgarnes

Blómasetrið - Kaffi kyrrð, Skúlagötu 13
Dvalarheimili aldraðra, Borgarbraut 65
Gardyrkjustöðin Laugaland hf, Laugalandi
Hótel Hamar
Límtré Virnet ehf, Borgarbraut 74
Samtök sveitarfélaga á Vesturlandi, Bjarnabraut 8
Sprautu- og bifreiðaverkstæði Borgarness sf,
Sólbakka 5
UMIS - Umhverfisráðgjöf Íslands
Vatnsverk Guðjón og Árni ehf, Egilsötu 17

Reykholzt

Bifreiðaverkstæði Borgarfjarðar

Stykkishólmur

Marz sjávarafurðir ehf, Aðalgötu 5
Málflutningsstofa Snæfellsness, Borgarbraut 2

Grundarfjörður

Dvalarheimilið Fellaskjól
Soffanías Cecilsson hf, Borgarbraut 1
Þjónustustofan ehf, Grundargötu 30

Ólafsvík

Fiskmarkaður Snæfellsbæjar ehf, Bankastræti 1
Fiskverkunin Valafell, Snoppuvegi 4

Snæfellsbær

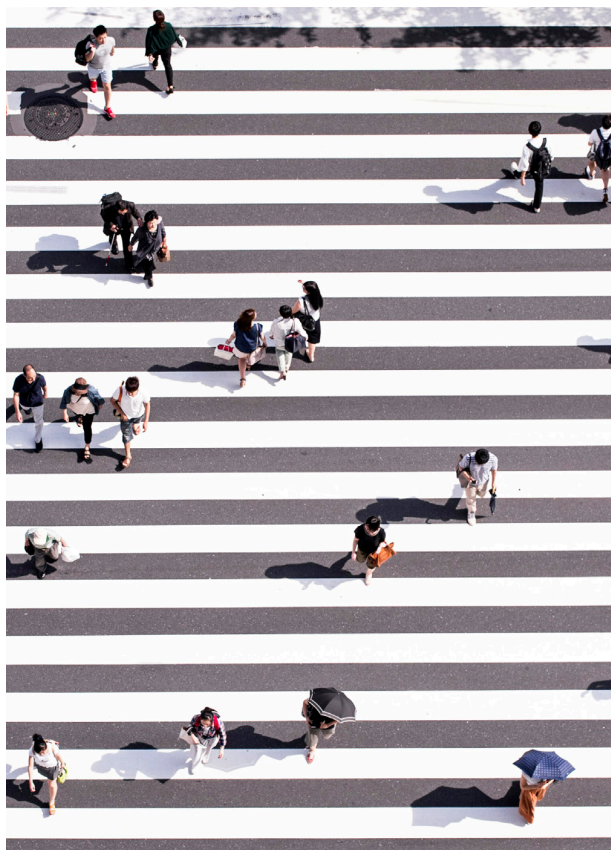
Hótel Búðir, Búðir

Hellissandur

Félags- og skólubjónusta Snæfellinga,
Klettsbúð 4
Ingjaldshóllsókn
Nónvarða ehf, Helluhóli 12a
Skarðsvík ehf, Helluhóli 1
Útnes ehf, Háarifi 67

frá almenningi. Einstaklingarnir voru jaðarsettir, ekki hlustað á upplifanir þeirra og þeim gert að búa á sérstökum hællum fjarri öðru fólki. Þegar komið var fram yfir 18. öld skilgreindi læknisfræðin þessar birtingarmyndir hegðunar utan normsins sem „geðsjúkdóm“. Þrátt fyrir miklar framfarir í læknisfræði á þessum tíma þá gekk takmarkað að henda reiður á greiningarkerfi sem endurspeglaði andlegar áskoranir. Þessi þáttur mannlegs eðlis og birtingarmyndir vandans reyndust flóknari en hefðbundnir líkamlegir sjúkdómar.

Gedheilbrigðiskerfið skilgreinir andlegar áskoranir að mestu út frá líflækisfræðilegri sýn sem byggir á þeirri hugmynd að allir sjúkdómar eigi sér skýrar undirliggjandi líffræðilegar ástæður og með því að fjarlægja orsökina muni viðkomandi ná fyrri heilsu. Í hinu ráðandi lækisfræðilega sjónarhorni eru andlegar áskoranir álitnar einstaklingsbundinn sjúkdómur og meðferð sé bæði nauðsynleg og viðeigandi. Fagaðilinn hefur sérfræðiþekkinguna og ber að veita gagnreynda meðferð á meðan hlutverk einstaklingsins felst í því að taka við meðferðinni.



Fólk á ferð./Mynd: Ryoji Iwata.

Sífelld fleiri skora hins vegar á ráðandi ofurtrú á verkun og réttmæti gedlyfja sem ætlað er að lagfæra „efnaójafnvægi í heila“. Að sama skapi heyrast fleiri gagnrýnisraddir um ætlaða gagnsemi og réttmæti gedgreiningakerfisins. Til að mynda benti Allen Francis, fyrrum forsvarsmáður DSM-4 gedgreiningakerfisins, á að svigrúmið fyrir mannlegan breyti-

leika sé að verða æ minna og fjöldi skilgreindra „geðsjúkdóma“ aukist sífelld. Engu að síður hafa þessar hugmyndir líflækisfræðilega líkansins mótað sýn almennings á heilsu og sjúkdóma, og gerir að mörgu leyti enn þann dag í dag. Við höfum í raun sjúkdómsvætt krefjandi tilfinningar og upplifanir fólks sem falla utan normsins. Tímamótarannsóknir á borð við verk Goffmanns og Szasz lýstu því hvernig „geðsjúklundurinn“ var skilgreindur og mótaður í beinu samspili við umhverfi sitt. Davis lýsti því hvernig hugmyndir okkar um „normið“ eru samfélagslega mótað fyrirbæri byggt á viðmiðum sem breytast með tímanum. Ef einstaklingur telst ekki falla innan normsins þá hættir samfélaginu til að afmarka vandann við einstaklinginn sjálfan. Áherslur snúast þá einna helst um að „lagfæra“ manneskjuna með inngripum, endurhæfingu, lyfjameðferð eða skurðaðgerðum.

Minna svigrúm fyrir fjölbreytileika

Er ásættanlegt að greina einstakling „geðsjúkan“ og gefa þau skilaboð að viðkomandi þurfi að breyta sér, læra betri leiðir, harka af sér og jafnvel taka lyf til að halda áfram að lifa við óviðunandi aðstæður? Svo virðist vera sem það sé sífelld minna svigrúm fyrir mannlegan fjölbreytileika. Við þurfum að horfast í augu við að samfélag okkar er fjölbreytt og engin ein leið, þjónusta eða lausn hentar öllum. Það þarf fjölbreytta valmöguleika og alls kyns sjónarhorn sem byggja ekki á því að hegna einstaklingnum fyrir birtingarmyndir vanlíðanar sinnar.

Í gedheilbrigðiskerfinu eru fagaðilarnir valdameiri en einstaklingarnir sem leita til þeirra. Völd fagaðilanna byggja á menntun þeirra og þekkingu. Orðalag á borð við „læknirinn veit best“ og „sjúklundurinn fylgir fyrirmælum“ ná vel utan um hugmyndina. Völdin geta birst á augljósan hátt, meðal annars í nauðungarmedferð, eða óljóst líkt og hvaða lyf fagaðilinn velur að kynna og hvaða umræðuefni eru í boði í viðtali (Kaminskiy, 2015). Heilbrigðiskerfið hefur falld fagfólki völdin til að skilgreina, greina og staðfesta upplifanir annarra af eigin líkama og lífi. Í þeim aðstæðum er annað fólk sem ræður för um hvort og hvernig tekið er mark á þinni reynslu. Ég geri ráð fyrir að þau sem starfa í gedheilbrigðiskerfinu ætli sér að veita góða þjónustu og vera til staðar fyrir fólk. Framkvæmdinni er hins vegar verulega ábótavant, líkt og sjá má í stefnuþreffi skýrsluhöfundar Sameinuðu þjóðanna um réttindi til heilbrigðis, endurteknum ábendingum eftirlitsnefndar Evrópuráðsins með pyntingum, samantekt Alþjóðlegu heilbrigðisstofnunarinnar og greinargerðum sem borist hafa Landlæknisembættinu og Landspítalanum.

Er ásættanlegt að kalla nauðungarvistun og þvingaða lyfjagjöf „medferð“? Erum við sem samfélag sáttt við að einstaklingur njóti skertra mannréttinda eingöngu sökum andlegrar vanheilsu? Gedhjálpar hefur barist fyrir því að draga úr nauðung og þvingun í gedheilbrigðiskerfinu. Þessi svokallaða „medferð“ stenst ekki lög enda segir í samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks að hvers kyns nauðung og þvingun er óheimil. Við myndum vilja sjá þvingunarlaust Ísland sett á laggirnar sem tilraunaverkefni. Slík stefnuyfir-

lýsing myndi fela í sér gjörbreytt verklag og endurskoðun grundvallarhugmyndafræði í geðheilbrigðiskerfinu. Við þurfum að hlusta á raddir þeirra sem hafa upplifað þessi mannréttindabrot á eigin skinni og krefjast þess að mannréttindi okkar séu virt.

Breytt nálgun

Fólk á öllum aldri þjáist þar sem þörfum þeirra fyrir þjónustu og stuðning vegna andlegra áskorana er ekki sinnt, nú eða vegna þjónustu sem reyndist gagnslaus eða jafnvel skadleg. Það er brýn þörf fyrir breytta nálgun. Skýrsluhöfundur Sameinuðu þjóðanna lagði ríka áherslu á að fólk með persónulega reynslu af andlegum áskorunum væru virkir þátttakendur í þróun, innleiðingu, framkvæmd og árangursmati geðheilbrigðisþjónustu, -kerfa og -stefnu. Það væri leiðin til að tryggja að heilbrigðisþjónusta framfylgdi réttindum fólks til bestu mögulegu geðheilsu. Einnig eru sérstök ákvæði í SRFF sem lúta að nánú samráði við fatlað fólk og hagsmunasamtök þeirra þegar teknar eru ákvarðanir sem hafa bein eða óbein áhrif á líf þeirra.

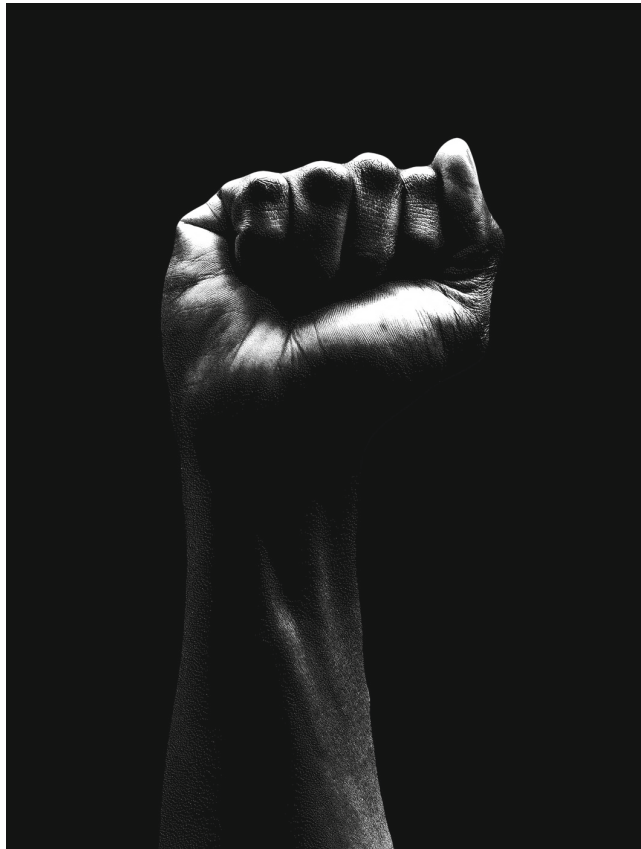
Í geðheilbrigðisstefnu 2016-2020 kom fram að það væri mikilvægt að hafa samráð við notendur og önnur frjáls félagsamtök til þess að bæta geðheilbrigðisþjónustu og útfæra samþætta þjónustu á öllum mögulegum stigum. Framfarir í heilbrigðiskerfinu náist meðal annars með virku samráði hins opinbera við fólk með persónulega reynslu af andlegum áskorunum og þjónustunni því þá sé einna helst hægt að sníða þjónustu sem mætir þörfum þeirra. Einn af fjórum megináherslupáttum stefnu í geðheilbrigðismálum til ársins 2030 miðar að notendasamráði og að notendamiðuð þjónusta verði á öllum stigum geðheilbrigðisþjónustu. Geðheilbrigðisstefna yfirvalda víðsvegar um heim miðar að aukinni þátttöku einstaklinga með reynslu af geðheilbrigðiskerfinu á öllum stigum geðheilbrigðisþjónustunnar. Þegar á hólminn er komið hefur heilbrigðisstofnunum hins vegar reynt erfitt að framfylgja stefnunni þar sem engar leiðbeiningar eru til um hvernig eigi að starfa samhliða einstaklingum með persónulega reynslu. Að sama skapi ríki töluvert valdaójafnvægi á milli fagfólksins og einstaklinga sem starfa sem launaðir jafningjar, fagfólkinu í vil.

Úrbótum ábótavant

Útfærslum hérlendis hefur einnig verið ábótavant. Til að mynda var einungis haft samráð við Landspítalann þegar unnið var að frumvarpi um breytingu á lögum um réttindi sjúklinga árið 2022 og við vinnslu frumvarps til laga um breytingu á lögum um almannatryggingar var einungis haft samráð við Tryggingastofnun ríkisins. Í báðum tilfellum var hagsmunasamtökum notenda, til að mynda Geðhjálp og Öryrkjabandalagi Íslands (ÖBÍ) aðeins boðið að senda inn umsögn í gegnum rafræna samráðsgátt, án nokkurra funda eða samtals í persónu.

Í reynd hefur sumum þótt nóg um samstarf sitt við stjórn-sýsluna. Fulltrúar ÖBÍ sögðu sig til að mynda úr frumvarps-

vinnu árið 2016 þar sem ekki var tekið mark á neinum tillögum þeirra í undirbúningsnefndinni og töldu ljóst að aldrei hafi staðið til að taka mark á þeirra framlagi. Samráðið hefði reynt „sýndarsamráð“, eða einungis að orðinu til. Ljóst er að stefna yfirvalda hérlendis um notendasamráð og samstarf er í samhljómi við helstu áherslur geðheilbrigðismála erlendis. Óljóst er hins vegar hvort og hvernig samstarfið gengur í raun enda geta hagsmunir notenda geðheilbrigðisþjónustunnar stangast á við hagsmuni þjónustukerfisins og óbreytt ástand. Það er mikilvægt að heyra frá þeim sem hafa setið þessa samráðsfundi á forsendum persónulegrar reynslu sinnar og vera reiðubúin til að hlusta raunverulega á hvernig framkvæmdin hefur verið, læra af reynslunni og gera betur. Við tökum undir gamalkunnugt baráttustef úr réttindabaráttu fatlaðs fólks og segjum: Ekkert um okkur, án okkar!



Völd og uppreisn./Mynd: visuals.

Ég hef trú á að enn sé hægt að breyta til betri vegar þannig að færri þurfi að ganga í gegnum andlegar áskoranir, og þau okkar sem þjáast nái betri líðan fyrr, og að mannréttindi okkar séu virt. Það krefst hugmyndafræðilegrar stefnubreytingar í því hvernig við nálgumst geðheilbrigðismál. Við þurfum að vera óhrædd við að spyrja krefjandi spurninga og horfa gagnrýnum augum á viðteknar venjur. Það er hægt að gera betur og við krefjumst úrbóta. ✨

Heimildalista er að finna með textanum í greinasafni okkar á sibs.is.

Máttur upplýsinga



Þorbjörg Helga Vigfúsdóttir
stofnandi og framkvæmdastjóri
Köru Connect

Við Íslendingar erum á heildina litíð stolt af heilbrigðiskerfinu okkar, og ekki að ástæðulausu – það er margt við kerfið okkar sem við getum með sanni verið hreykin af. Við höfum hannað og byggt upp kerfi að norrænni fyrirmynd sem leggur megináherslu á að samfélagið allt hafi greiðan aðgang að framúrskarandi heilbrigðisþjónustu. Við vinnum út frá samtryggingu, sameiginlegri ábyrgð allra þjóðfélagsþegna okkar og miðum að því að hámarka heilsu og velferð allra. Samfélagið dafnar þegar flest

okkar eru heilbrigð og spræk, og við njótum öll góðs af því.

Óásættanlegar brotalamir

Þrátt fyrir það má finna ýmsar brotalamir í kerfinu. Mikið álag á bráðamóttöku sem og á heilsugæslum á landsbyggðinni, furðulega langir biðtímar, mannekla og fleira gera það að verkum að mörgum þykir okkur sem kerfið þoli ekki mikið meira, ekki mikið lengur. Við finnum öll fyrir því að kerfið hefur mátt muna fífil sinn feegurri.

Ástandið virðist sérstaklega óásættanlegt í ljósi þess að við lifum á tímum sannkallaðrar upplýsingabyltingar og búum við tæknilega getu og færni sem á engan sinn líka í gervallri mannkynssögunni. Með hjálp nýrra aðferða, tæknilegrar sjálfvirkni og annarra stafrænna verkfæra verður okkur kleift að safna ómældu magni gagna og nýta þau til þess að framkvæma greiningar, spá fyrir um framtíðina með þokkalegri vissu og nota þessa þekkingu til þess að taka réttar ákvarðanir að hverju sinni.

Með öllum þessum undraverðu tækninýjungum ætti okkur að vera fært að létta á álaginu sem heilbrigðisstarfsfólk glímir við – en okkur hefur ekki tekist það hingað til. Hvers vegna? Leiða má að því rök að misskilnings gæti um af hverju vandamálið, eða sjúkdómurinn, sem plagar heilbrigðiskerfið okkar samanstendur. Álagið sem slíkt er nefnilega ekki sjúkdómurinn, og ekki heldur skortur á tækjum og tólum. Þetta eru mun fremur einkenni hins raunverulega meins, sem leynist í grunninnviðum heilbrigðiskerfisins.

Þegar allt kemur til alls snýst heilbrigðisþjónusta fyrst og fremst um upplýsingar. Upplýsingar eru helsta og áhrifaríkasta vopn lækna og hjúkrunarfræðinga, sálfræðinga og sjúkra-

þjálfara – því án fullnægjandi upplýsinga um sjúkrasögu einstaklings, aðstæður hans, líkamlegt ástand og lífsviðurværi er ómögulegt að greina orsök heilsubrestsins sem knýr einstaklinginn til þess að leita sér hjálpar. Án stöðugs og samhæfðs upplýsingaflæðis í gegnum kerfið allt verður heilbrigðiskerfið svífaseint, ónákvæmt og beinlínis hættulegt sjúklingum.

Ég tel að umbætur á heilbrigðiskerfinu til framtíðar krefjist þess að upplýsingainnvíðirnir okkar verði teknir til rækilegrar endurskoðunar og uppfærslu – og að raunverulegar framfarir hefjist aðeins með samvinnu þvert á geira, stofnanir, nýsköpunarfyrirtæki og samtök.

Innvíðir fúna

Þótt heilbrigðiskerfið sé, eins og áður segir, sterkt og heilsteyp í grófum dráttum, þá hefur það verið byggt á stafrænum gagnagrunni sem hefur ekki haldið í við tækniframþróun síðustu áratuga. Rafræna sjúkraskrárkerfið SAGA var fyrst hannað og útfært síðla á niunda áratugnum, og þótt það hafi vitaskuld fengið uppfærslur í gegnum tíðina er það ekki í stakk búið til þess að miðla og hagnýta upplýsingar á eins skilvirkan hátt og hægt er.

Meginvandamálið er sundrung – uppbot og dreifing gagna. Þegar gögnum er ekki deilt í gegnum allt kerfið myndast gagnasiló sem hindrar aðgengi fagaðila að öllum fyrirleggjandi heilbrigðisgögnum um tiltekinn sjúkling. Þegar sjúkraskrárkerfi tala ekki saman sín á milli neyðast lækningar og hjúkrunarfræðingar til þess að vinna annað hvort út frá ófullkomnum forsendum – eða, eins og er blessunarlega algengara, að þau neyðast til þess að vinna mun hægar. Þannig eykst hættan á því að mistök séu gerð í greiningarferlinu og á því að fólk fái hjálp í tæka tíð áður en skaðinn er skeður.

Vandamálið er þó í raun dýpra; þar eð sjúkraskrárkerfið okkar skortir enn að miklu leyti sveigjanleikann og samhæfinguna sem til þarf til þess að geta tengst og innvinklað nýstárlega tækni á við gervigreind, nútímaleg forspárlíkön og fjarlækningar. Flestar þessar nýjungar byggja á stöðugu flæði rauntímaupplýsinga, en grunninnviðir og skipulag kerfisins okkar hindra að slíkar nýjungar séu teknar í gagnið – sem er að endingu heilbrigðisstarfsfólki og sjúklingum til miska.

Þetta er nefnilega ekki bara tæknilegt vandamál, heldur raunverulegt samfélagslegt vandamál. Þetta veldur lengri biðtímum, tvíteknium greiningum, tilvísunum, þrúfum og rannsóknnum, hægari verkferlum og auknum kostnaði í heilbrigðiskerfinu sem heild.

Lausnin ætti þó að vera tiltölulega skýr. Við þurfum að ráðast í nútímavæðingu og endurhönnun grunninnviða tæknilega hluta heilbrigðiskerfisins okkar. Það þýðir að við

Búðardalur

Rafsel Búðardal ehf, Vesturbraut 20c
Rjómabúið Erpsstaðir ehf

Reykhólahreppur

Reykhólahreppur, Mariutröð 5a
Þörungaverksmiðjan hf

Ísafjörður

A.Ó.A.útgerð ehf, Lyngholti 5
Ferðaþjónustan í Heydal, Mjóafirði
Fræðslumiðstöð Vestfjarða, Suðurgötu 12
GG málingarþjónusta ehf, Aðalstræti 26
Harðfiskverkun Finnþoga, s: 456 3250,
Skeiði 3
Ísblikk ehf, Árnagötu 1
Jón og Gunna ehf, Austurvegi 2
Kampi ehf, Sindragötu 1
Orkubú Vestfjarða ehf, Stakkanesi 1
Sjúkraþjálfun Vestfjarða, Eyrargötu 2
Verkalýðsfélag Vestfirðinga, Hafnarstræti 9
Vélsmiðja ÞM, Hnífsdalsvegi 27
Prymur hf, vélsmiðja, Suðurgötu 9

Bolungarvík

Bolungarvíkurkaupstaður
Sigurgeir G. Jóhannsson ehf, Hafnargötu 17

Súðavík

Súðavíkurhreppur, Grundarstræti 1

Flateyri

Sytra ehf, Ólafstúni 5

Suðureyri

Fisherman, Aðalgötu 14-16
Fiskvinnslan Íslandssaga hf, Freyjugötu 2
Klofningur ehf, Aðalgötu 59

Patreksfjörður

Eyfaraf ehf, Vatneyri - löngrödm 105

Bíldudalur

Hafkalk ehf, Lönguhlíð 1
Íslenska kalkþörungafélagið ehf, Hafnarteigi 4

Hólmavík

Kollafjarðarneskirkja
Strandabyggð, Hafnarbraut 25

Hvammstangi

Aðaltak sif, Höfðabraut 11
Albert Guesthouse Hvammstanga, s: 855 1303
Félagsheimilið Ásbyrgi
Kaupfélag Vestur-Húnavtinga, Strandgötu 1
Kvenfélagið lðja
Vélaverkstæði Hjartar Eiríkssonar sf, Búlandi 1

Blönduós

Gladheimar, sumar- og gísthús opid allt árið,
Brautarhvammi
Ísgel ehf, Efstubraut 2
Pöntunar og viðgerðarþjónusta Villa ehf,
Árbraut 19

Skagaströnd

Kvenfélagið Hekla
Vik ehf, Hólabraut 5

Sauðárkrúkur

Dögun ehf, Hesteyri 1
Eftirlæti ehf-www.eftirlaeti.com, Aðalgötu 4
FISK-Seafood ehf, Háeyri 1
Fjölbrautaskóli Norðurlands vestra,
Bóknamshúsinu
Friðrik Jónsson ehf, Borgarröst 8
Steinull hf, Skardseyri 5
Vörumiðlun ehf, Eyrarvegi 21
Þreksport ehf, Borgarflöt 1

Varmahlíð

Langamyri Fræðslusetur kirkjunnar, Skagafirði

Siglufjörður

Selvik ehf
Siglufjarðarkirkja
Snerpa, íþróttafélag fatlaðra, Lindargötu 2

Akureyri

Akureyri Backpackers ehf, Hafnarstræti 98
Arte rakarastofa, Hofsbót 4
Baldur Halldórsson ehf, Hlíðarenda
Baugsbót ehf, bifreiðaverkstæði, Frostagötu 1b
Bílaaleiga Akureyrar
Bílaprýði, Laufásögötu 5
Búnadarsamband Eyjafjarðar, Óseyri 2
Bútur ehf, Njarðarnesi 9
Eining-lðja, Skipagötu 14
Enor ehf, Hafnarstræti 53
Eyjafjarðarsveit, Skólatróð 9
Framtal sf, Kaupangi Mýrarvegi
Gróðrarstöðin Sólskógur ehf, Kjarnaskógi
Grófarigil ehf, Glerárgötu 36

Gúmmibátþjónusta Norðurlands sf,
Draupnisgötu 3

Hagvís ehf, Hvammi 1
Hagþjónustan ehf, Skipagötu 14
Herradeild JMJ, Gránufélagsgötu 4
Hlíð hf, Kotárgerði 30
Kollgáta Arkitektur-www.kollgata.is
Lagnastýring ehf, Tjarnartúni 31
Matur og mörk hf, Frostagötu 3c
Norlandair ehf, Akureyrarflugvelli
Pípulagningaþjónusta Bjarna F Jónssonar
ehf, Melateigi 31
Pólarhestar ehf, Grýtbakka 2
Rafmenn ehf, Frostagötu 6c
Rafós ehf, Goðanesi 16
Raftákn ehf - Verkfræðistofa, Glerárgötu 34
S.Gudmundsson ehf, múrvertaki, Klettaborg 19
S.S. byggir ehf, Njarðarnesi 14
Samvirkni ehf, Hafnarstræti 97
Sjálfsbjörg, Bugðusiðu 1
Sjómannaþingið Vikingur
Skósmiðurinn og Álfarnir ehf, sjúkraskósmiði,
Freyjunesi 8
Skútabergh ehf, Sjafnarnesi 2-4
Slippurinn Akureyri ehf, Naustatanga 2
Veitingastaðurinn Krua Siam, Strandgötu 13

Grenivík

Grýtubakkahreppur

Dalvík

Dalvíkurbyggð, Ráðhúsi
Dalvíkurkirkja
Hibylamálun,málingarþjónusta ehf,
Reynihólum 4
Sæplast Iceland ehf, Gunnarsbraut 12
Tréverk ehf, Dalvík, Grundargötu 8-10
Vélvirki ehf, verkstæði, Hafnarbraut 7

Ólafsfjörður

Árni Helgason ehf, vélaverkstæði, Hlíðarvegi 54
Sjómannafélag Ólafsfjarðar, Brekkugötu 9

Húsavík

Heilbrigðisstofnun Norðurlands, Auðbrekku 4
Norðurþing, Ketilsbraut 9
Tjörneshreppur, Ketilsstöðum
Trésmiðjan Rein ehf, Viðimóum 14
Víkurráð ehf, Gardarsbraut 18a

Laugar

Framhaldsskólinn á Laugum, Reykjadal
Kvenfélag Reykdæla, Laugum
Norðurpóll ehf, trésmiðja, Laugabrekku
Sparisjóður Suður- Þingeyinga
Þingeyjarsveit

Mývatn

Reykhlíðarsókn
Vogar ferðaþjónusta, Vogum

Kópasker

Eyjafjarðar- og Þingeyjarprófestsdæmi,
Skiannastad
Vökváþjónusta Kópaskers ehf, Bakkagötu 6

Þórshöfn

B.J. vinnuvélar ehf, Langanesvegi 28
Langanesbyggð, Fjarðarvegi 3
Langanesprestakall

Bakkafjörður

K. Valberg sif, Kötlunesvegi 19
Skeggjastadarkirkja

Vopnafjörður

Bílar og vélar ehf, Hafnarbyggð 14a
Pétur Valdimar Jónsson, Teigi
Vopnafjarðarhreppur

Egilsstaðir

Ársverk ehf, lðjuseli 5
HEF veitur ehf, Fellabrún 1
Menntaskólinn á Egilsstöðum, Tjarnarbraut 25
Múlalþing, Lyngási 12
Rafey ehf, Miðási 11
Skipalækur ehf ferðaþjónusta, Fellabæ

Seyðisfjörður

Jón Hilmar Jónsson - Rafverktaki, Árstíg 11
PG stálsmiði ehf, Fjarðargötu 10

Borgarfjörður

Fiskverkun Kalla Sveins og Álfacafé, Vörðubrun

Reyðarfjörður

AFL - Starfsgreinafélag, Búdareyri 1
Félag opinberra starfsmanna á Austurlandi,
Stekklarbrekku 8
Fjarðaveitingar ehf, Austurvegi 21
Launafi ehf, Hrauni 3

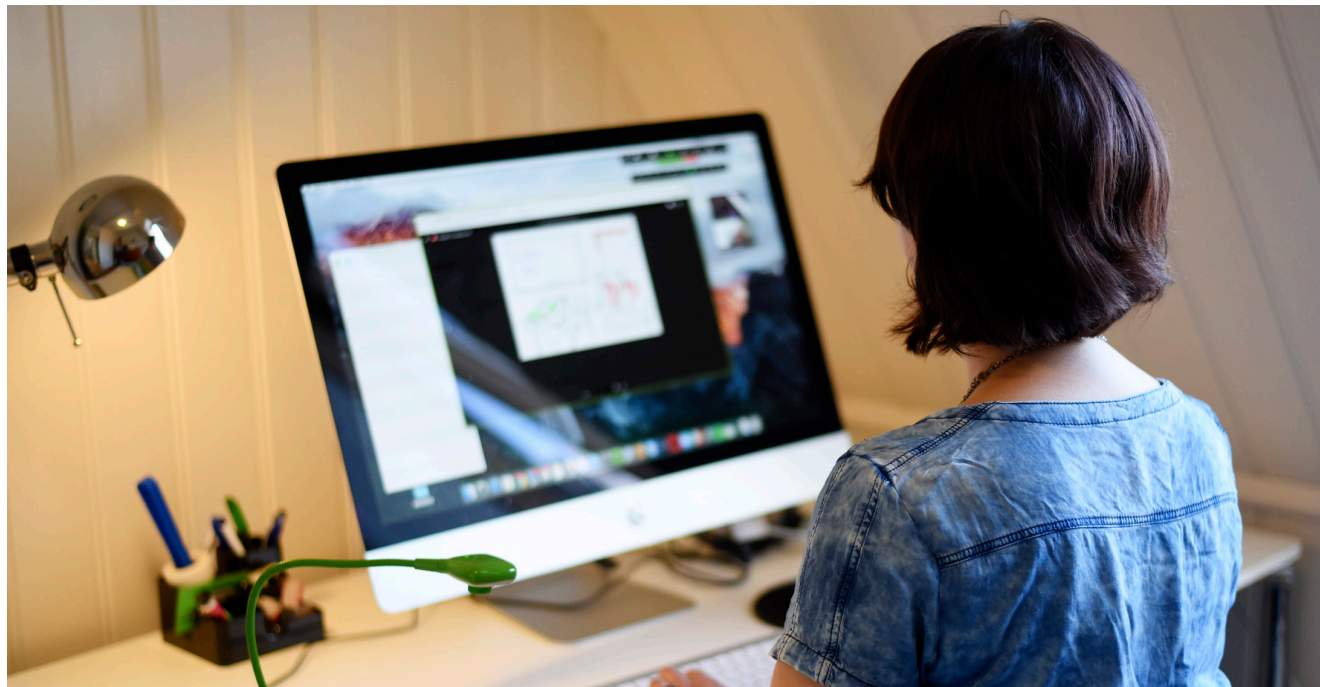
Eskifjörður

Egersund Ísland ehf, Hafnargötu 2
Eskja hf, Leirubakka 4
Glussi ehf, viðgerðir, Strandgötu 43
Hótel Eskifjörður ehf, Strandgötu 47
Tandrabergh ehf, Strandgötu 8
Tandrabretti ehf, Strandgötu 8

þurfum að uppfæra gagnagrunna og sjúkraskrárkerfin okkar og sjá til þess að þau tali saman, svo gagnaflæði sé tryggt um kerfið allt á skilvirkan máta. Greiningar yrðu þannig skjótari og nákvæmari, meðferð yrði markvissari og ákvarðanir yrðu í auknum mæli teknar út frá traustari forsendum. Það er enginn vafi á því að slíkt myndi bjarga mannlífum.

sjúkrasögum? Það eru þessar spurningar sem ættu að vera í forgrunni umræðunnar.

Við þurfum að forgangsraða upp á nýtt. Í stað þess að spyrja okkur að því hvaða nýju tæki og tól við þurfum að kaupa ættum við að spyrja okkur að því hvernig okkur sé kleift að nýta upplýsingarnar sem við búum yfir og söfnum



Með nýjustu tækni væri hægt að miðla og hagnýta upplýsingar heilbrigðiskerfisins mun betur en nú er gert.

Gögn til að nota tækin rétt

Umræðan um umbætur á heilbrigðiskerfinu gengur langtum of oft út frá því sem gefnu að lausnin á vandamálum okkar sé einfaldlega sú að kerfið þurfi að eignast betri græjur og tæki, kaupa fleiri hátækniskanna og fullkomnari greiningarbúnað – en þá er þó ekki öll sagan sögð. Þótt þessi tæki skili óneitanlega góðum árangri eru þau þó bara ekki nóg ef heilbrigðisstarfsfólk hefur ekki tímann til þess að hagnýta þau í tæka tíð.

Sjúkrahús getur fjárfest í nýjustu segulómunartækni fyrir milljónir, en ef sjúkrasaga sjúklings er ófullnægjandi, ef henni hefur verið dreift á milli ólíkra kerfa og hún er ekki aðgengileg læknum í rauntíma, þá glatast stór hluti af þeim mögulega ávinningi sem tækið býður upp á. Án þessara þátta verða ákvarðanir hægari, fleiri óþarfa rannsóknir eru gerðar og mikilvæg innsýn – svo sem mynstur í einkennum sjúklinga eða árangur meðferða – tapast í sundruðum kerfum. Tækni er jú aðeins jafn nýtsamleg og gögnin sem við byggjum á við notkun hennar.

Upplýsingaskortur leiðir einnig til óþarfa kostnaðar og sóunar á auðlindum. Hversu margar sjúkrahúsinnlagnir gætum við fyrirbyggt ef heilsugæslan hefði yfir betri forspárgögnum að ráða? Hversu oft er lyfjum ávísað óþarflega vegna þess að lækningar hafa ekki greiðan aðgang að heildrænum

á degi hverjum á betri og skilvirkari hátt. Okkur sárvantar að yfirvöld séu með mikla þekkingu á gagnagrunnum í heilbrigðisvísindum sem leggur línurnar. Við þurfum að fjárfesta í öruggum gagnagrunnum sem tryggja að heilbrigðisyfirvöld eigi öll sjúkraskrárgögn, nútímalegum sjúkraskrár sem tengjast öðrum tæknilausnum, rauntímagagnavinnslu fyrir heilbrigðisstarfsfólk og greiningarkerfum sem hjálpa til við að spá fyrir um og fyrirbyggja sjúkdóma í stað þess að einblína eingöngu á meðhöndlun þeirra eftir á að hyggja.

Gagnsæi og samvinna

Ein stærsta hindrunin sem stendur í vegi framfara er hins vegar sú að tilteknir lykilaðilar fá ekki sæti við borðið. Hið opinbera, sem hefur edlilega yfirumsjón með heilbrigðisþjónustunni, hefur verið tregt til að vinna með einkageiranum og sprotafyrirtækjum – sérstaklega þegar kemur að stafrænni nýsköpun. Þó svo að áhyggjur af friðhelgi einkalífs og hagsmunum einkafyrirtækja séu skiljanlegar hefur slík tortryggni almennt verið skadlegri en ella.

Ísland er lítið land og býr yfir takmarkaðri stærðarhagkvæmni, sem þýðir að heilbrigðiskerfið hefur ekki nema takmarkað bolmagn til þess að ráðast í mikla nýsköpun innanhúss. Þetta gerir það að verkum að án þess að eiga í stefnumótandi samstarfi við íslensk heilbrigðistækniyrir-

tæki, gervigreindarsérfræðinga og hugbúnaðarsérfræðinga sé hætt við að verða eftirbátur nágrannabjóða okkar á sviði sjálfvirknivæðingar, gagnadrifinnar ákvarðanatöku og snjallra heilbrigðislausna sem gætu skilað verulegum árangri.

Það að opna fyrir samvinnu við einkafyrirtæki og sprota þýðir ekki að hið opinbera missi taumana á heilbrigðiskerfinu eða að öryggi sjúklinga sé stefnt í hættu. Það þýðir einfaldlega að við hagnýtum þá sérfræðibekkingu sem er nú þegar til staðar innan íslenska hugbúnaðar- og nýsköpunargeirans. Nýsköpun í heilbrigðisgeiranum er komin til að vera – en hana skortir aðgang að kerfinu ef hún á að fá að gera gagn.

Í stað þess að nálgast hlutina af tortryggni ætti opinberi geirinn að setja nýjar og skýrari reglur um samvinnu milli stofnana og fyrirtækja. Þetta gætu verið reglur um tilrauna- verkefni fyrir nýjar tæknilausnir, samstarf milli hins opinbera og einkafyrirtækja eða miðlægan nýsköpunarvettvang, hraðal eða álíka sem gerir fyrirtækjum kleift að vinna beint með sjúkrahúsum eða heilsugæslum í átt að þróun nýrra lausna.

Á bjargi byggir hygginn maður hús

Við höfum alla burði til þess að starfrækja eitt besta heilbrigðiskerfi heims – en til þess að takast það þurfum við að viðurkenna þörfina á að uppfæra grunninnviði okkar, stórbæta upplýsingaflæði og auka við gagnsætt, farsælt samstarf milli geira, stofnana og fyrirtækja.

Þetta krefst þess að við ráðumst í talsverðar fjárfestingar og endurhugsum hvernig við nálgumst heilbrigðiskerfið – en það er auðvelt að réttlæta slíkar breytingar þegar það skilar sér í betri heilsu, aukinni vellíðan og fleiri mannlífum sem bjargast. Því lengur sem við bíðum með að grípa til aðgerða, þeim mun dýrkeyptari verður fórnarkostnaðurinn.

Það er kominn tími til að gera breytingar til hins betra. Saman. Framtíð íslenska heilbrigðiskerfisins ræðst af því hversu vel við skipuleggjum okkur, hversu skilvirkt upplýsingaflæði við tryggjum milli stofnana og hversu vel við getum unnið í sameiningu að umbótum. 🌟

Styrktaraðilar

Neskaupstaður

Haki ehf verkstæði, Þiljuvöllum 10
Samvinnufélag útgerðamanna
Tannlæknastofan, Hafnarbraut 1
Verkmenntaskóli Austurlands, Mýrargötu 10

Höfn í Hornafirði

Birkifell ehf
Funi ehf, sorphreinsun, Ártúni
Hótel Smyrlabjörg ehf
Jökulsárlón ferðabjónusta ehf
Klifá ehf, ferðabjónustan Gerði ehf
Rósaberg ehf, Háholi
Suðursveit, Reynivöllum II, Suðursveit

Öræfi

Ferðabjónustan Svínafelli-www.svinafelli.is, Svínafelli I

Selfoss

Baldvin og Þorvaldur ehf
Bifreiðaverkstæðið Klettur ehf, Hrísmýri 3
Bíftak ehf, Hellismýri I
Bílverk BÅ ehf, bílamálun og bílaréttingar, Gagnheiði 3
Búhnykkur sf, Stóru-Sandvík
Búnaðarsamband Suðurlands, Austurvegi 1
Byggingafélagið Laski ehf, Gagnheiði 9
Café Miika Reykholti, Skólabraut 4
Fagform ehf, Gagnheiði 55

Flóahreppur, Þingborg
Fræðslunetið - símenntun á Suðurlandi, Tryggvagötu 13
Gróðrarstöðin Ártanga ehf, Ártanga
Hjá Maddy ehf, Eyraavegi 27
Icecool ehf-www.icecool.is, Gagnheiði 51
Jáverk ehf, Gagnheiði 28
Jeppasmíðjan ehf, Ljónsstöðum
Jóhann Helgi og Co, heildarlausnir á leiksvæðum, Vatnsholti 2
Kjarna-bókhald ehf, Austurvegi 6
Kynbótastöð ehf, Austurvegi 1
Kökugerð H P ehf, Gagnheiði 15
Lögmannsstofa Ólafs Björnssonar, Eyraavegi 15
SG hús ehf, Háheiði 3
Sólheimar í Grímsnesi
Suðri ehf, Jórutúni 8
Suðurprófastdæmi
Suðurtak ehf, Brjánsstöðum 2, Grímsnes- og Grafningshreppi
Súperbygg ehf
Tré og Straumur ehf, Björns koti
Ullarverslunin Þingborg ehf, Gamla Þingborg
Útfararbjónustan Fylgd ehf, Gagnheiði 43
Vélaverkstæði Þóris ehf, Austurvegi 69
Vélabjónusta Ingvars, Gagnheiði 45
Vélsmiðja Suðurlands ehf, Gagnheiði 5
Österby-hár, Austurvegi 33-35

Hveragerði

Alur blikksmiðja ehf, Pelamörk 59
Gardplöntusalan Borg slf, Pelamörk 54
Heilsustofnun NLFÍ - heilsustofnun.is, Grænsmörk 10

Hótel Örsk, Breiðumörk 1c
Norbygg ehf
Raftaug ehf, Borgarheiði 11h

Þorlákshöfn

Bergverk ehf, Heinabergi 21
Jarðefnaíðnaður ehf, Nesbraut 1
Sveitarfélagið Ölfus, Hafnarbergi 1
Þorlákskirkja

Ölfus

Eldhestar ehf, Völlum
Gljúfurbústaðir ehf, Gljúfri
Gluggaíðjan Ölfusi ehf, Ferjukoti
Gróðrarstöðin Kjarr, Ölfusi
Hraunsós ehf, Hrauni 1b

Flúðir

Flúðasveppir ehf, Undirheimum
Fögrusteinar ehf, Birtingaholti 4

Hella

Ásahreppur, Laugalandi
Freyding ehf, Fagurhóli
Hestvit ehf, Árbakka
Stracta Hótel, Gaddstaðflötum 4

Hvolsvöllur

Ferðabjónustan Hellishólum ehf
Krappi ehf, byggingaverktakar, Ormsvelli 5

Kvenfélagið Freyja
Kvenfélagið Hallgerður
Rangárþing eystra, Austurvegi 4
Torf ehf, Borgareyrum
Viðskiptabjónusta Suðurlands-umboð TM trygginga, Ormsvöllum 7

Vík

Framrás ehf, Smiðjuvegi 17
Mýrdalvingur ehf, Suðurvíkurvegi 2
RafSuð ehf, Sunnubraut 17
Reynisfjara-Black beach Restaurant, Reynisfjörur

Kirkjubæjarklaustur

Skaftárhreppur, Klausturvegur 4

Vestmannaeyjar

Áhaldaleigan ehf, Skildingavegi 10-12
Bíla- og vélaverkstæðið Nethamar ehf, Flatir 21
Bíla- og vélaverkstæði Sigurjóns, Flötum 20
Bókasafn Vestmannaeyja, Safnahúsi
Bylgja VE 75 ehf, Illugagötu 4
Hótel Vestmannaeyjar, Vestmannabraut 28
Ístélag hf, Tangagötu 1
Teiknistofa Páls Zóphóníassonar ehf, Kirkjuvegi 23
Vélaverkstæðið Þór ehf, Nordursundi 9

Mönnun háskólakennara í heilbrigðisvísindum



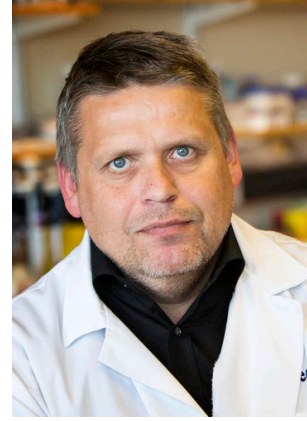
Unnur A. Valdimarsdóttir
prófessor og forseti Heilbrigðis-
vísindasviðs Háskóla Íslands



Helga Bragadóttir
prófessor og forseti Hjúkrunar-
og ljósmóðurfræðideildar
Háskóla Íslands



Sólveig Ása Árnadóttir
prófessor og formaður náms-
brautar í sjúkrahjálfun við
Læknadeild Háskóla Íslands



Þórarinn Guðjónsson
prófessor og forseti Læknadeildar
Háskóla Íslands

Ein grunnstoð mönnunar heilbrigðisstétta á Íslandi er skipulag háskólamenntunar sem veitir starfsréttindi í heilbrigðis- tengdum greinum. Á undanföllum árum hefur Heilbrigðis- vísindasvið Háskóla Íslands leitast við að svara ákalli stjórn- valda um fjölgun nemenda í heilbrigðistengdum greinum, þar á meðal í hjúkrunarfræði, læknisfræði og sjúkrahjálfun, og notið sértæks stuðnings stjórnvalda í því verkefni. Þannig hefur Hjúkrunar- og ljósmóðurfræðideild undanfarið fjölgað nemendum í hjúkrunarfræði úr 120 í 140 en hefur það að markmiði að þau verði 150 árið 2027. Læknadeild hefur nú þegar fjölgað námsplássum í læknisfræði úr 60 í 75, og hefur það að markmiði að fjölga þeim í 90 árið 2027. Þá stendur til að fjölga námsplássum í sjúkrahjálfun á næstu árum úr 35 í 50.

Fjölgun háskólakennara

Ljóst er að fjölgun nemenda í ofangreindum greinum um 20-33% kallar á fjölgun háskólakennara og eflingu innviða, m.a. aukin útbúnað til kennslu, tækja og húsnæðis sem uppfyllir kröfur svo að hægt sé veita öfluga menntun. Jafnframt þarf heildarendurskoðun náms og kennsluáðferða til að tryggja að gæði náms séu áfram sambærileg með auknum fjölda. Þessa vinnu hafa ofangreindar deildir Háskóla Íslands ásamt samstarfsstofnunum (þar á meðal Landspítala, Heilsugæslu Höfuðborgarsvæðisins og landsbyggðarinnar, og fjölda ann-

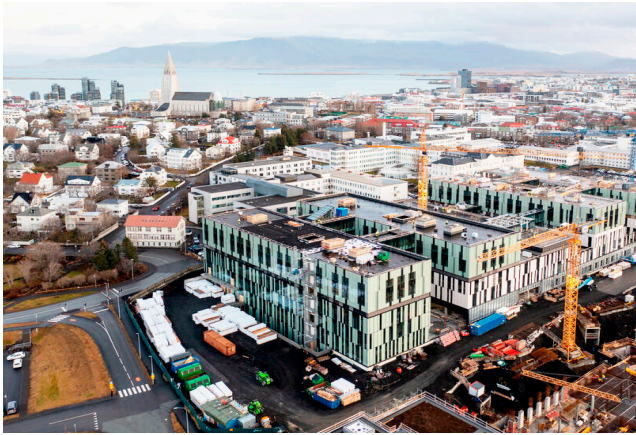
arra stofnanna á vegum hins opinbera og í einkageiranum) einhent sér í - en það verkefni hefur ekki verið án áskorana.

Húsnæðisvandinn

Fyrst ber að nefna húsnæðisvanda Heilbrigðisvísindasviðs og Landspítala, en ljóst er að fjölgun nemenda í heilbrigðis- tengdum greinum kallar á auknið húsnæði til kennslu og klínískrar þjálfunar nemenda sem er jafnan samofin náminu. En eins og staðan er núna fer kennsla á Heilbrigðisvísinda- sviði Háskóla Íslands fram á níu stöðum á höfuðborgarsvæð- inu og mun fleiri stöðum þegar vettvangur klínískrar þjálfunar er meðtalinn. Húsnæði á Landspítalasvæðinu – Landspítalinn sjálfur, Læknagarður og Eirberg, eru gamlar byggingar með aðstöðu sem ekki mætir nútímakröfum háskólakennslu og enn síður þeim fjölda nemenda í heilbrigðistengdum greinum sem áform eru uppi um að muni stunda þar nám til starfs- réttinda. Nýr Landspítali og nýtt hús Heilbrigðisvísindasviðs Háskóla Íslands sem nú rísa á sama reit munu gjörbreyta aðstöðu til kennslu og klínískrar þjálfunar – þegar þær bygg- ingar eru fullbúnar og tilbúnar í notkun sem samkvæmt áætlun er ekki fyrr en 2028-29. Ljóst er að fram að þeim tíma verður mikil áskorun að ná fyrrnefndum markmiðum um fjölgun nemenda í heilbrigðistengdum greinum og mikil þörf á að stjórnvöld styðji vel við samvinnustofnanir Háskóla Íslands svo þær geti tekið á móti nemendum í klíniska þjálfun.

Fjölgun nemenda

Mönnun háskólakennara er önnur mikilvæg áskorun í fjölgun nemenda í heilbrigðistengdum greinum. Á undanförunum áratug hefur í um helmingi tilfella um auglýst störf háskólakennara í heilbrigðistengdum greinum einungis einn eða enginn umsækjandi sótt um starfið og því reynst afar erfitt er að manna kennarastöður í sumum mikilvægum klínískum greinum. Vert er að velta fyrir sér hvernig á þessu standi. Ástæður þessa eru margþættar en þær augljósustu snúa að slökum kjörum og starfsskilyrðum háskólakennara, og þeirra sem stunda rannsóknatengt nám.



Nýi Landspítalinn í smíðum við Hringbrautina.

Launamálin

Hafa verður í huga að háskólakennarar í heilbrigðistengdum greinum hafa eftir starfsréttindanam oftast lokið 3-8 ára klínisku sérnámi, og þar til viðbótar rannsóknartengdu doktorsnámi. Það að fara í doktorsnám eða sambærilega þjálfun í vísindalegum vinnubrögðum, sem eru grunnhæfniskröfur til háskólakennara, er ávísun á lág doktorsnemalaun á þeim aldri þegar fólk er oft að stofna fjölskyldur og festa

kaup á sínu fyrsta húsnæði. Hæfir umsækjendur um lektorstöður sem hafa þó kosið að fara þessa leið eru oft á bilinu 35 til 40 ára með fjölskyldur og mikil húsnæðis- og námslán á bakinu. Við þeim blasir að laun háskólakennara eru alls ekki samkeppnishæf við þau laun sem þeim býðst í klínísku starfi, hvorki hjá hinu opinbera né í einkageiranum, né öðrum störfum á íslenskum markaði hvað þá á sambærilegum starfsvettvangi erlendis þar sem mörg hafa menntað sig. Það er því ljóst að starfsval þeirra sem hafa tilskilin réttindi og myndu vilja helga sig kennslu heilbrigðisstétta er ekki einfalt.

Traustari forsendur

Af ofangreindu má vera ljóst að bætt aðstaða til kennslu og mönnun háskólakennara í heilbrigðisvísindum er nauðsynleg forsenda mönnunar heilbrigðisstétta á Íslandi. Það er mikilvægt að stjórnvöld átti sig á þessu samhengi og auki verulega stuðning til grunnrannsókna í heilbrigðisvísindum, og bæti jafnframt aðbúnað og kjör nemenda í rannsóknartengdu námi sem og þeirra sem vilja helga sig háskólakennslu í þessum greinum. Á þetta hefur verið bent í nýlegum opinberum skýrslum og mikilvægt að þeim verið fylgt eftir af núverandi stjórnvöldum. Þá fyrst mun þetta mikilvæga verkefni um mönnun heilbrigðisstétta á Íslandi hafa forsendur til að takast vel. 🌟

Heimildalista um nýlegar opinberar skýrslur um mönnun og menntun í heilbrigðisvísindagreinum er að finna í greinasafni okkar á sibs.is.

VIÐ STYÐJUM ÞIG

Hjá Stoð færð þú öll hjálpartækin á einum stað



Pantaðu þér tíma í hjá okkur á netinu www.stod.is eða skannaðu kóðann

- Göngugreining
- Mælingar fyrir þrýstifatnað
- Ráðgjöf við val á spelkum
- Ráðgjöf tengd gervibrjóstum
- Hjálpartækjaráðgjöf



www.stod.is

Draghálsi 14 - 16

S. 565 2885

stod@stod.is



Valaciclovir Actavis

500 mg filmuhúðaðar töflur

Til meðhöndlunar á frunsum



Valaciclovir Actavis inniheldur virka efnið valaciklóvir og tilheyrir flokki lyfja er kallast veirusýkingalyf. Valaciclovir Actavis er notað til að meðhöndla frunsur hjá heilbrigðum einstaklingum sem eru 18 ára og eldri og hafa áður verið greindir af lækni með áblástur (frunsur) og þurfa endurtekna meðferð. Til þess að fá sem mestan ávinning úr meðferðinni er mikilvægt að hefja hana strax og fyrstu einkenna verður vart. Kynnið ykkur notkunarleiðbeiningar, varnaðarorð og frábendingar áður en lyfið er notað. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leitið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir.

Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is

Markaðsleyfishafi: Actavis Group PTC ehf.
Umboðsaðili á Íslandi: Teva Pharma Iceland ehf.

teva