

# Introduktion

JESPER EKELUND

I detta nummer av Finska Läkaresällskapets Handlingar belyser flera av de mest inflytelserika personerna inom mentalvårdsfältet i Finland och några ambitiösa yngre forskare aktuell utveckling och aktuella forskningsfynd. Psykiatri som specialitet och mentalvårdsfältet som helhet står inför en massiv utmaning och även en identitetsförändring. Trots att förekomsten av allvarliga psykiatriska störningar inte ökar, upplever befolkningen ett kraftigt ökat vårdbehov, även kallat mentalvårdskris, vilket ställer nya krav på vårdsystemet. Det sällsynt splittrade finländska vårdsystemet med många olika finansieringsmodeller för olika faser av vården och olika interventioner orsakar deloptimering och spänning mellan aktörerna.

Psykiatrins identitetskris är ett väldokumenterat och internationellt fenomen och leder bland annat till svårigheter att rekrytera unga kolleger till de fyra psykiatriska specialiteterna. Om vi ser på den historiska utvecklingen från 1990-talet, var 1990-talet hjärnans årtionde. Då utvecklades funktionell MRI, man förstod hjärnans plasticitet och det utvecklades en mängd nya andra generationens antidepressiva och antipsykotika. Det rådde stor optimism gällande de nya genetiska metodernas förmåga att målmedvetet driva den etiologiska forskningen, diagnostiken och vården framåt. Sedan år 2000 har dock mycket litet hänt inom dessa områden, och en cynisk pessimism har ersatt den inspirerade euforin från 1990-talet. Däremot har de senaste årens digitala utveckling haft stor betydelse för psykiatri. Psykiatri är ett av de områden inom medicinen som har störst potential att revolutioneras av nya tekniska lösningar som artificiell intelligens (AI) och andra digitala lösningar för symtomuppföljning samt intervention och stöd. Vi kommer att kunna öka produktiviteten radikalt inom psykiatrisk vård,

det vill säga producera mera hälsofrämjande tjänster med mindre arbetskraft. Dessutom har psykiatri stor potential att utvecklas genom att tillämpa tidigare fynd och utveckla vårdsystemet, eftersom en stor del av personerna med psykiatriskt vårdbehov får otillräcklig vård eller ingen vård alls för att vård inte erbjuds eller inte är lättillgänglig. År 2023 var 68 procent av personerna med sjukpension pensionerade på grund av psykiatriska diagnoser, och 34 procent av sjukskrivningsdagarna berodde på någon psykiatrisk diagnos; 63 procent hos unga i åldern 20–30 år. Den här allt centralare rollen för psykiatriska tillstånd och symptom i samhällsekonomin, politiken och välfärden i kombination med de snarast obegränsade möjligheterna för digital teknisk utveckling och AI-driven utveckling gör psykiatri till ett framtidsområde som unga kolleger med fördel kan välja när de ska specialisera sig. Detta avspeglas väl i det här numret av Finska Läkaresällskapets Handlingar.

Kristian Wahlbeck, ledande sakkunnig vid MIELI Psykisk Hälsa Finland rf, beskriver i sin artikel hur psykisk hälsa bör vara en central del av folkhälsoarbetet, där tidiga insatser och förebyggande åtgärder, särskilt för barn och unga, har stor samhällsekonomisk betydelse. Han understryker behovet av insatser inom alla samhällssektorer och vikten av att investera i psykisk hälsa som grundval för övergripande hälsa.

Professor Samuli Saarni och medförfattare beskriver i sin artikel det nationella projektet ”Första linjens terapier”, som syftar till att förbättra tillgången och kvaliteten på mentalvårdstjänster genom att införa en stegvis vårdmodell. Modellen inkluderar digitala verktyg och behandlingsstrukturer som ska möjliggöra snabbare och effektivare psykosociala behandlingar med

---

låg tröskel, för att möta det växande behovet av behandling vid ångest och depression.

Professor Suoma E. Saarni och linjeförordande Jan-Henry Stenberg diskuterar i sin artikel psykoterapiens effektivitet och bieffekter. De konstaterar att korta, evidensbaserade psykoterapier är särskilt verkningsfulla vid behandling av depression och ångest och förespråkar regelbunden uppföljning av behandlingsrespons för att identifiera patienter som inte gynnas av terapin eller som upplever negativa effekter. För att förbättra resultaten på befolkningsnivå betonar de vikten av att öka tillgången till dessa kortare terapiformer och integrera responsbaserad terapi i systemet.

I sin artikel beskriver medicine licentiat Jonatan Panula hur AI och maskininlärning kan bidra till förbättrad psykiatrisk diagnostik och behandling genom att möjliggöra analys av komplexa mönster och främja individanpassad vård, även om framstegen hittills begränsats av bristen på biomarkörer inom psykiatrin.

Medicine doktor Ida Ringbom och biträdande professor David Gyllenberg reder i sin artikel ut det komplexa sambandet mellan ungas psykiska hälsa, utbildningsnivå och utslagning. De går igenom evidensen för att just psykisk sjukdom i ung ålder leder till förhöjd risk för avbruten skolgång och senare utslagning. Samtidigt påpekar de att det krävs åtgärder från skola, vård och socialtjänst för att förebygga att personer med psykiatriska tillstånd avbryter sin skolgång och senare har större sannolikhet att stå utanför arbetsmarknaden.

Medicine doktor John Söderholm går i sin artikel igenom den allvarligaste följden av psykisk sjukdom, nämligen suicid samt förklarar riskfaktorer och hur suicid bäst beskrivs som en process med flera steg. Artikeln är en omfattande

genomgång av epidemiologi, terminologi, klinisk bedömning, verktyg och handläggning samt behandling. Den är alltså kliniskt relevant för i stort sett alla läkare.

Professor emeritus Hasse Karlsson går igenom fenomenet epigenetisk nedärvning: vad det innebär, vad vi vet om mekanismerna från djurförsök och hur fenomenet eventuellt kan ha betydelse även för nedärvningen av psykiatriska symtom. Han diskuterar epidemiologisk forskning som tyder på möjliga epigenetiska mekanismer hos människan samt redogör för hur hans egen forskningsgrupp utreder ämnet vidare.

Professor Tiina Paunio och medicine licentiat Erik Cederlöf behandlar det mångfacetterade sambandet mellan sömn och schizofreni. Sambandet är komplext och orsakssambanden inte självklara. Å ena sidan ökar sömnproblem risken för psykos i prodromalfasen och leder till mer psykotiska symtom och sämre prognos hos patienter med schizofreni. Å andra sidan påverkar schizofrenin och dess behandling sömnen.

Slutligen diskuterar medicine licentiat Annika Kolster i sin artikel det intressanta sambandet mellan naturen och psykiskt välmående, även med stöd av en interventionsstudie genomförd i Sibbo. Hon diskuterar begreppet ”naturecept”, som kan ses som holistisk vård eller medialisering.

Detta nummer av Finska Läkaresällskapets Handlingar innehåller även en intervju med docent Björn Appelberg samt en hel del annat intressant. Vi hoppas att ni ska uppskatta denna översikt av psykiatrin och mentalvården i dagens Finland.

**Jesper Ekelund, MD, specialist i psykiatri, professor, EMBA.**  
*Direktör för verksamhetsområdet psykiatri, HUS.*