

Folkpartiet liberalerna

Motion av Birgitta Rydberg (fp) om vårdprogram för personer med sömnproblem

Sömnstörningar har ökat kraftigt det senaste årtiondet. Detta har med all sannolikhet sin bakgrund i stora förändringar i arbetslivet. Konflikter mellan krav i arbetsliv och privatliv samt brist på kontroll har stor betydelse.

För många människor innebär ökade krav att de har svårt att somna in, har uppvaknanden under natten eller är dåligt utvilade efter nattvilan.

Självrapporterade sömnproblem har ökat bland kvinnor från tolv procent till 24 procent. Ökad användning av sömnmedel följer samma mönster.

Långvariga sömnproblem är en inkörsport till stressrelaterad ohälsa, vilket i förlängningen kan leda till utmattningstillstånd med långa sjukskrivningar som följd.

Allt mer forskning pekar på att störningar i djupsömnen har fysiologiska effekter, när cellnybildning störs av dålig återhämtning.

I dag finns effektiv hjälp för patienter med andningsuppehåll, så kallade apnéer i sömnen. Men för andra mer "vanliga" sömnstörningar erbjuds ingen annan hjälp än sömnmedel och i vissa fall sjukskrivning.

Det behövs stöd till främst husläkarmottagningar, så de kan erbjuda effektiv behandling. Detta kan lämpligen ske genom stödsamtal med kognitiv inriktning. Denna inriktning hjälper patienter att hantera sina sömnproblem. Metodiken med kognitivt samtalsstöd bör kunna erbjudas patienter, som söker husläkaren. Det kan ske antingen genom att mottagningen har egen verksamhet eller att patienten får en remiss till en person, som har insatser med denna inriktning.

För att öka möjligheterna till hjälp för dem som har sömnstörningar, bör ett vårdprogram tas fram inom det medicinska programarbetet. Behandlingsriktlinjer bör lämnas.

Vi föreslår att landstingsfullmäktige beslutar

att landstinget utarbetar ett vårdprogram kring sömnstörningar och hur de ska behandlas.

Stockholm den 8 februari 2005

| | | |
|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Birgitta Rydberg (fp) | Anita Hagelbeck (fp) | Cecilia Carpelan (fp) |
| Lena Huss (fp) | Christina Berlin (fp) | Gunilla Thorsson (fp) |
| Maria Piotrowski Halkiewicz (fp) | | |