

CASE #TERAPIGARANTI

# Varje euro som investeras i psykoterapi medför en fem euros besparing



En psykoterapi som startas tillräckligt tidigt kan göra att ca 7 500 personer börjar lyfta lön i stället för att motta förmåner. Kostnadsinbesparingar blir **ca 166 milj. €**

## CASE #TERAPIGARANTI

Psykoterapi är en effektiv behandlingsmetod som baserar sig på God medicinsk praxis-rekommendationerna och vetenskapligt bevis. Till skillnad från andra behandlingar erbjuds den inte av de offentliga hälsotjänsterna. En kortpsykoterapi som inleds i ett tidigt skede återställer arbetsförmåga, minskar på mänskligt lidande och hämtar inbesparingar.

Den rehabiliterande psykoterapin som är avsedd för patienter med långvariga symptom och som ersätts av Folkpensionsanstalten motsvarar inte behovet av psykoterapi som inleds i tidigt skede.

Dessutom är den avsedd bara för vuxna vars studie- eller arbetsförmåga är hotad, även om behovet är stort även hos personer som befinner sig utanför arbetslivet.

Den rehabiliterande psykoterapin är inte heller geografiskt sett jämställd: de som bor i Nyland deltar i FPAs rehabiliterande psykoterapi nästan tre gånger så ofta som de som bor i Lapland, även om behovet för psykoterapi är större i Lapland enligt THLs index för mental hälsa.

Vi behöver ett alternativ vid sidan av FPAs rehabiliterande psykoterapi, en möjlighet att delta i kortvarig psykoterapi på hälsovårdens basnivå.

Syftet med terapigaranti är att patienten bör få inleda kortvarig psykoterapi inom 28 dagar efter en bedömning inom primärvården. Terapin kan vara individterapi, familjeterapi eller gruppterapi om egenvård, kamratstöd, nätterapi eller stöddiskussioner inte hjälper tillräckligt.

Enligt OECDs uppskattning är helhetskostnaderna för psykiska störningar i Finland ungefär 11 miljarder per år. Huvuddelen av kostnaderna beror på sjukledigheter, invalidpension och arbetslivets kostnader.



**Ett liv**  
Njut varje dag.



Ett liv -hälsotalko arbetar i Finland för att stödja människors hälsa och välbefinnande genom hela livet. I projektet samarbetar Hjärnförbundet, Diabetesförbundet, Filha, Andningsförbundet, Föreningen för Mental Hälsa i Finland, Cancerorganisationerna och Hjärtförbundet. Duodecim är med som expertorganisation.

## Kostnader

Målet är att genomföra 125 000 kortterapierna varje år, vilket motsvarar ett årsverk för 800 terapeuter. En kortpsykoterapi omfattar i medeltal 6-7, högst 20 besök. De krävda personalresurserna påverkas av huruvida gruppterapi används eller inte. Till dels kan man genomföra terapigarantin genom att rikta hälsovårdens nuvarande personalresurser till psykoterapi. Att införa terapigarantiet fullständigt kommer att kräva arbetsinsatser av ungefär 500 nya terapeuter antingen genom att anställa dem eller som köpt tjänst. Detta skulle medföra till hälsovården en tilläggskostnad på ungefär 30 miljoner. Å andra sidan vet vi att en psykoterapi som har börjat tidigt kan minska på användningen av andra hälsovårdstjänster, vilket ger hälsovårdssektorn en inbesparing på fem miljoner euro.

## Avkastning

Enligt undersökningarna betalar kapitalet som investeras i psykoterapi sig mångdubbelt tillbaka eftersom patienten använder färre stöd som betalas under sjukdomstid och använder inte andra hälsovårdstjänster lika mycket. Också arbetsgivarens kostnader under sjukdomstider minskar.

Två tredjedelar av kunderna går terapiperioden till slut och ungefär hälften av dem har betydande nytta av att ha gått i psykoterapi. Ungefär 6 procent av patienterna går med i arbetslivet i stället för att motta bidrag. En psykoterapi som ges i bastjänsterna och som inleds i tidigt skede kan göra att till och med 7500 personer börjar lyfta lön i stället för att motta förmån, vilket producerar en kostnadsinbesparing på 166 miljoner. Detta baserar sig en minskning av kostnaderna som orsakas av arbetsoförmåga (100 miljoner) och en ökning av inkomstskatter (66 miljoner). På detta vis kan man konstatera att en i psykoterapi investerad euro hämtar med sig över fem euros inbesparingar.

## Slutsatser

Genom att ordna tidiga psykoterapitjänster som en del av den offentliga hälsovården och genom att förbättra deras tillgänglighet kan vi åstadkomma en betydande, samhällsekonomiskt lönsam hälso nytta

## Psykoterapigarantin

förbättrar psykoterapitjänsternas integration med andra tjänster, ökar på möjligheten att följa med psykoterapiens kvalitet och håller styr på priserna av psykoterapi.



**Ett liv**  
Njut varje dag.



Ett liv -hälsotalko arbetar i Finland för att stödja människors hälsa och välbefinnande genom hela livet. I projektet samarbetar Hjärnförbundet, Diabetesförbundet, Filha, Andningsförbundet, Föreningen för Mental Hälsa i Finland, Cancerorganisationerna och Hjärtförbundet. Duodecim är med som expertorganisation.