

SIP FÆLLES ERKLÆRING OM SMERTE OG MENTAL SUNDHED

Den fælles erklæring præsenterer de underskrivende organisationers fælles holdning til sammenhængen mellem smerte og mental sundhed og skitserer centrale anbefalinger, som både EU og nationale beslutningstagere bør tage i betragtning for at fremme handling og forandring på området.



Den tætte sammenhæng mellem smerte og mental sundhed

Psykiske lidelser og kroniske smerter optræder ofte **samtidig** pga. fælles neurale mekanismer og risikofaktorer såsom social udsathed. Alligevel bliver smerte sjældent systematisk vurderet eller behandlet hos personer med psykiske lidelser og kan ofte være skjult af selve den psykiske problemstilling.

Smerte og psykiske lidelser er begge biopsykosociale oplevelser

Kroniske smerter og mental sundhed er **biopsykosociale oplevelser**, der påvirkes af biologiske, psykologiske og sociale faktorer. Effektiv behandling kræver en biopsykosocial vurdering samt tidlig adgang til integrerede, **tværfaglige** behandlingstilbud.

Sammenhængen mellem smerte, psykiske lidelser og beskæftigelse

Mennesker med smerter og psykiske lidelser har en lavere sandsynlighed for at arbejde på fuld tid og oplever oftere **højere fravær og nedsat produktivitet** på arbejdet. I Europa forårsager **muskuloskeletale smerter** 50 % af sygefraværet og 60 % af alle varige funktionsnedsættelser.

Integration af smerte i mental sundhedspolitik

Smerte overses ofte hos mennesker med psykiske lidelser, og kommunikationen kan være udfordret af **stigmatisering**. Identifikation og håndtering af smerte er afgørende for forebyggelse og tidlig intervention. Det er essentielt at integrere **smertevurdering** i planer for mental sundhed samt at fremme lige adgang til behandling for at opnå bedre resultater.

CENTRALE ANBEFALINGER:

Vurder smerteforstyrrelser hos personer med lidelser som depression, psykose og stofmisbrug.

1

Integrer behandlingstilbud for smerte og mental sundhed frem for at behandle dem separat.

2

Finansier forskning i sammenhængen mellem mental sundhed og smerte.

3

Sikr **tidlig adgang** til smertebehandlingsprogrammer for at **forebygge** kroniske smerter og relaterede psykiske lidelser.

4

Uddan sundhedsprofessionelle i den **gensidige sammenhæng** mellem smerte og mental sundhed.

5

Involver personer med **egne erfaringer** i udviklingen af integrerede behandlingstilbud.

6

Frem **gode arbejdsforhold** for at forbedre **trivsel** og **støtte reintegration** for personer med smerter eller psykiske lidelser.

7

Inddrag biologiske, psykologiske og sociale faktorer i **mental sundhedspolitik**.

8

Understøt kulturel forandring for at **reducere stigmatisering** ift. mental sundhed og smerte via **oplysningskampagner** rettet mod sundhedsprofessionelle og offentligheden.

9