

STRESSFORSKARE SÖKER 10 MILJONER !!!!!

År 2000 startade vi Stiftelsen Stressmottagning vid IPM/ Karolinska Institutet för att lära oss mera om dessa sjukdomars diagnostik, biologi och behandling. Denna första i sitt slag mottagning i landet har gett oss en möjlighet att göra en del:

- Vi har **skapat verktyg** för att diagnostisera stressjukdomar (Karolinska Utbrändhetsskala).
- Vi har bidragit till arbete kring **diagnoskriterier för utmattningssyndrom**, som publicerades i samarbete med Socialstyrelsen (se www.stressmottagningen.org).
- Vi har prövat en **behandlingsmodell i en kontrollerad studie** och kunnat visa avsevärd förbättring av hälsotillstånd hos våra långtidssjukskrivna patienter samt betydande återgång till arbete. Kostnaden för en sådan behandling motsvarade en och en halv månad sjukskrivningskostnad (se Läkartidningen, våren 2004).
- Vi har i en grundvetenskaplig studie kunnat påvisa en möjlig länk mellan betydande livspåfrestningar och **stressjukdomar – fragmentering av sömnen och reduktion av djupsömn**. Det är för första gången man kunde peka på en allvarlig biologisk störning som kan förklara sjukdomsuppkomsten (se www.stressmottagningen.org).
- Vi har också arbetat med **stressprevention** och utvecklat en **internetbaserad** interaktivt verktyg för att hitta personer i riskzonen för stressjukdom (se www.docco.se).
- Vi har prövat detta verktyg tillsammans med en **helhjärtad satsning på stressprevention** vid ett mellanstort företag (Gävalia kaffe – Kraft Foods) och lyckats halvera stigande sjukskrivningar bland tjänstemän.
- Vi har sammanfattat våra erfarenheter i en **populärvetenskaplig bok**, där stressjukdomar presenteras både från biologisk och social synvinkel. Boken har blivit en storsäljare med 10 000 sålda exemplar (Aleksander Perski, "Ur Balans", Bonnier Fakta, 2002). En ny bok av vår medarbetare Giorgo Grossi är på väg.

Vi har själva finansierat en del av våra satsningar med 1 miljon kronor från behandlingsinkomster. Men vi vill gå vidare med vår forskning där vår hypotes är att störd återhämtning och hämmad regeneration ligger bakom många stressjukdomar.

- Vi planerar en intensiv vetenskaplig studie med bl.a. registreringar av tillväxt- och stresshormoner under natten hos våra patienter och behöver 3 miljoner kronor för detta ändamål.
- Vi vill också pröva nya behandlingsmetoder, som framför allt berör främjande av sömn och återhämtning och behöver 3 miljoner kronor.
- Vi vill också pröva nya grepp kring rehabilitering av våra långtidssjukskrivna patienter. Inom ramen för varje enskild rehabilitering vill vi erbjuda en begränsad psykosocial intervention på arbetsplatsen. Syftet är tvåfaldigt. För det första syftar projektet till stärka patientens möjligheter till en varaktig återkomst till arbete. Det andra syftet är att förebygga stressrelaterade insjuknanden bland övrig personal på patientens arbetsplats. Vi behöver 5 miljoner för en sådan studie.
- Vi vill också kunna ta emot alla patienter som enligt våra bedömningar kan ha nytta av våra behandlingar. Nu får vi avvisa ca 300 personer per år som inte har en intresserad FK handläggare bakom sig eller arbetsgivare med resurser. För att kunna ta emot arbetslösa eller långtidssjukskrivna med behov av längre satsningar behöver vi 1 miljon kronor.

I tider där Staten och Landstinget har påtagliga och kroniska svårigheter att agera kring stressproblematik tycks det vara dags att vi alla tar en del av ansvaret för bemästring av dessa frågor. Vi stressforskare och behandlare tar en del av ansvaret. Kan Ni hjälpa till också?

För Stressmottagning

Aleksander Perski (aleksander.perski@ipm.ki.se) tel 070 3984855, verksamhetschef

Inger Thorén (inger.thoren@ipm.ki.se) tel 08-52486791, administrativ chef

-

-

.