

Socialstyrelsen granskar mindfulness som behandlingsmetod

I Socialstyrelsens arbete med att uppdatera de nationella riktlinjerna för vård vid depression och ångestsyndrom från 2010 granskas mindfulness som metod, och vilket forskningsstöd som finns. Hösten 2016 beräknas de reviderade riktlinjerna vara klara.

– Skälet till att Socialstyrelsen tittar närmare på mindfulness i de kommande reviderade riktlinjerna är att projektledningen bedömt att det i dag finns ett behov av kunskapsvägledning när det gäller mindfulness, hur effektiv den är som behandlingsmetod vid specifika sjukdomstillstånd, säger Julia Leonova Edlund, Socialstyrelsens projektledare för riktlinjearbetet.

Enligt Julia Leonova Edlund är det för tidigt att säga något om vad de sakkunniga kommer fram till när det gäller rekommendationer för användning av mindfulness vid depression och ångestsyndrom. Det blir klart först i oktober 2016 då en remissversion av de reviderade riktlinjerna beräknas presenteras.

Att Socialstyrelsen nu väljer att uppdatera dessa riktlinjer beror dels på att depression och ångestsyndrom tillhör de stora folksjukdomarna som drabbar människor i alla åldrar, dels att forskningen gjort framsteg inom området och ny kunskap tillkommit sedan publiceringen av riktlinjerna 2010. Vid

framtagningen av nationella riktlinjer fokuserar Socialstyrelsen på frågeställningar ”där behovet av vägledning är som störst, till exempel inom kontroversiella områden och där det finns stora praxisvariationer”.

Syftet med riktlinjerna är, enligt Socialstyrelsen, att bidra till att sprida kunskap om och tydliggöra för beslutsfattare vilka undersökningar och behandlingar som bör införas eller få utökade resurser, samt vilka som eventuellt bör minskas eller avvecklas helt. De innebär också att hälso- och sjukvården kan erbjuda patienter en mer likvärdig kunskapsbaserad, god och säker vård oavsett var i landet man bor.

Bland de externa experterna som är involverade i framtagningen av vetenskapligt underlag för riktlinjerna finns ingen specialist på mindfulness, enligt Julia Leonova Edlund, däremot finns flera psykologer. En av dessa är Gerhard Andersson, professor vid Linköpings universitet och vid Karolinska institutet. ●

KAJSA HEINEMANN