

Rådet for psykisk helse

Postadresse: Postboks 817 Sentrum, 0104 Oslo
Besøksadresse: Dronningens gate 13, 0152 Oslo
Tlf 23 10 38 80 Faks 23 10 38 81
post@psykiskhelse.no www.psykiskhelse.no
Bank: 1609.08.79875 Org.nr. 971524499



Oslo 14.12.2021

Følgerebrev – ISF-koding av høyintensitetstrening som behandling

Rådet for psykisk helse og Fagrådet – Rusfeltets hovedorganisasjon har jobbet sammen siden 2017 om å kartlegge bruk av trening og fysisk aktivitet som en del av behandlingen av rusproblemer og psykisk lidelse. Det siste året har vi etablert et nasjonalt, faglig nettverk for å styrke kvaliteten og implementeringen av kunnskapsbasert praksis knyttet til høyintensitetstrening som medisin. I dette nettverket er spesialisthelsetjenesten fra alle helseregioner representert.

ISF skal understøtte ønsket faglig utvikling i spesialisthelsetjenesten. Per i dag er høyintensitetstrening som behandling lavere vektet enn andre polikliniske tilbud. Dette gjelder dessverre også sammenlignet med tilbud som har svakere forskningsgrunnlag enn høyintensitetstrening som medisin. Dette påvirker aktivitetsnivået og forsinker utvikling og implementering av tilbud.

Mennesker med rus og/eller psykiske lidelser dør 15-20 år tidligere enn den øvrige befolkningen. Høyintensitetstrening har dokumentert effekt på områder vi i lengre tid har etterlyst tiltak overfor. [Rapporten](#) fra SINTEF om *Pakkeforløp for psykisk helse og rus – brukere, pårørende og fagfolks erfaringer*, peker på at det er rom for forbedring når det gjelder kvalitet på blant annet oppfølging av somatisk helse og levevaner. Gjennom å sikre et større omfang og en mer rettferdig tilgang på høyintensitetstrening, vil spesialisthelsetjenesten i større grad fange opp og bli i stand til å gi flere et effektivt behandlingstilbud.

Kunnskapsgrunnlaget tilsier at høyintensitetstrening bør anerkjennes som behandling på lik linje med andre tilbud. Finansieringsmodellen slik den framstår i dag har ikke tatt inn over seg at høyintensitetstrening har dokumentert effekt på områder vi i lengre tid har etterlyst tiltak overfor. Faglig satsing må henge sammen med et godt finansieringssystem.

Vi ber helsemyndighetene om å sidestille høyintensitetstrening med andre polikliniske intervensjoner og vekte trening som behandling likt i kodeverket. Dersom helsemyndighetene ønsker å stimulere til effektiv behandling må prioriteringer henge sammen med vekting i ISF. Det må lønne seg å gi god behandling.

Rådet for psykisk helse støtter for øvrig Fagrådet – Rusfeltets hovedorganisasjon sitt innspill til denne saken.

Med vennlig hilsen

Rådet for psykisk helse

Tove Gundersen
generalsekretær