



# Per mentis innblásin af „sænska módelinu“

**Per mentis er geðlækningastofa sem býður þjónustu í almennum geðlækningum, þar á meðal greiningu og meðhöndlun taugaproskaraskana á borð við ADHD. Þjónustan er veitt í teymisvinnu geðlækna, hjúkrunarfræðinga og sálfræðinga. Kristófer Sigurðsson, stofnandi Per mentis, er mikill talsmaður teymisvinnu innan heilbrigðiskerfisins. Hann var gestur Læknavarpins og hér að neðan má sjá stutt brot úr því viðtali**

■■■ Kristborg Bóel Steindórsdóttir

Kristófer útskrifaðist úr læknaeild Háskóla Íslands árið 2012. „Ég tók kandidateisvísun fyrir norðan og var svo í heimilislækningum í Keflavík í hálf t. Ég varð svona ofboðslega hrifinn af hinu svokallaða „sænska módeli“ sem snýr að teymisvinnu í heimilislækningum, þar sem hjúkrunarfræðingar, sjúkraþjálfarar og iðjuþjálfar vinna með læknum. Ég var minna hrifinn af því þegar fagfólk vinnur aðeins hlið við hlið, frekar en saman, eða þar sem voru aðeins hrein- ar læknamóttökur,“ segir Kristófer sem svo flutti til Svíþjóðar til þess að taka sérnam í heimilislækningum. „Það sem gerðist þar var að ég tók þrjá mánuði á geðsviði sem hluta af mínu námi. Þar var ég undir handleiðslu Sven Rydhög sem er hálfgerð goðsögn í lyndisröskunum. Þeir losnuðu svo aldrei við mig, ég hélt áfram að taka vaktir þar út allt sérnam- ið,“ segir Kristófer sem svo endaði á því að taka einnig sérnam í geðlækningum.

## Per mentis hefur vaxið hratt

Kristófer stofnaði geðlækna- stofuna Per mentis árið 2021. En hver var a- dragandi þess? „Ég flutti aftur heim. Ég held að það kannist flestir læk- nar við þessa tilfinningu – jaja, það er kominn tími til að fara heim. Ég var ennþá svo ofsa- lega skotin í þessari hugmyndafræði, að vinna í samstarfi, ekki bara hlið við hlið, þannig að ég sá ekkert annað í stöð-

unni en að skapa slíkt tækifæri,“ segir Kristófer, sem tók fyrstu skrefin í sinni sjálfstæðu vegferð með því að leigja að- stöðu hjá Sól, sálfræði- og læknaþjónustu í Kópavogi.

Í fyrstu var Kristófer eini starfsmað- urinn, ásamt heilbrigðisgagnaritara í hlutastarfi. „Boltinn fór svo að rúlla. Fyrsta árið fór í að byggja þetta hægt og rólega upp, með því að setja upp heima- síðu, skrifa kynningarefni og fleira. Það var svo í ársbyrjun 2023 að ég réð til mín fyrsta klíniska starfsmanninn, hjúkrunarfræðinginn Tönju Guðrúnu Schiöth Hjörvar, en saman bjuggum við til hjúkrunarmóttöku í geðlækning- um. Þá um haustið varð okkur ljóst að vöxturinn var slíkur að við urðum að flytja í okkar eigið húsnæði,“ segir Krist- ófer, sem flutti starfseminu í Hafnar- fjörð en svo í Síðumúlann þar sem þau eru enn í dag, nú með ellefu stofur sem mun svo fjölga í nítján í maí næstkom-

andi. Í dag eru tólf starfsmenn hjá Per mentis, tveir geðlæknar, þrír hjúkrunar- fræðingar, fimm sálfræðingar, einn heil- brigðisgagnafræðingur og einn fjármála- fulltrúi.

## Tveggja arma starfsemi

Kristófer lýsir starfsemi Per mentis sem tveggja arma. „Annar þeirra snýr að almennum geðlækningum. Þar tökum við á móti tilvísunum með áherslu á lyndisraskanir, þar sem geðhvarfasýki er fyrirferðamest. Við sinnum einnig fólki með kvíðaraskanir, þráhyggju og persónuleikaraskanir. Hinn armurinn snýr svo að ADHD, en það er allt önnur móttaka. Þar höfum við í rauninni byggt upp hálfgerð færiband í ADHD-grein- ingum, án þess þó að fórna fagmennsku á nokkurn hátt. Að því ferli koma alltaf þrjár klínískar starfsstéttir, auk heil- brigðisgagnafræðings, sem leggja mat sitt á hvern hluta þess, en þó í náinni samvinnu,“ segir Kristófer.

## ADHD-ferlið aðeins um átta mánuðir hjá Per mentis

Mikil umræða hefur verið síðustu miss- eri um langa biðlista eftir ADHD-grein- ingum. Hver er staðan hjá þeim varðandi það? „Ég veit að við gerum flestar AD- HD-uppvinnslur á landinu, en við fáum um fjórar til fimm skráningar á dag,

**„Við erum alltaf að reyna að leysa flöskuhálsa í kerfinu og það er svolítið þannig að um leið og við leysum einn hleypum við auknu flæði á kerfið og þá bara kemur einhver annar í ljós.“**

alla daga vikunnar. Við erum alltaf að reyna að leysa flöskuhálsa í kerfinu og það er svolítið þannig að um leið og við leysum einn hleypum við auknu flæði á kerfið og þá bara kemur einhver annar í ljós. Við notum heimasíðaða hugbúnaðarlausn til þess að halda utan um flæðið, sem hefur allar vottanir og viðurkenningar sem sjúkraskráningarkerfi. Viðkomandi greiðir 30.000 krónur fyrir skimun, fyllir út átta spurningalista og tölvukerfið reiknar svo út upplýsingar og matreiðir ofan í okkur. Að því loknu er skimunarviðtal hjá hjúkrunarfræðingi og eftir það kemur í ljós hvort ástæða sé til að halda ferlinu áfram. Hjá okkur tekur það um átta mánuði frá skráningu þar til fólk labbar út úr skilaviðtali með niðurstöðu. Við myndum gjarnan vilja hafa þann tíma enn styttri en ég held þó að hann sé hvergi á landinu styttri en hjá okkur.”

Mikil umræða hefur einnig verið í samfélaginu um ofgreiningar þegar kemur að ADHD. Hver er afstaða Kristófers í því? „Ég held að bæði sé um of- og vangreiningar að ræða. Ofgreiningar hafa réttilega fengið mikinn fókus og mitt mat er að þær séu verri en vangreiningar. Það er þetta boðorð læknisfræðinnar, „do no harm“, það er betra að vangreina en ofgreina. Það hefur ríkt alger ringulreið hérlendis varðandi ADHD-greiningar. Það hefur engin raunveruleg teymisvinna verið, heldur hafa sálfræðingar bara gert sinn hluta og í framhaldi hefur fólki verið bent á að finna sér geðlækni, en einhver ár geta liðið þarna á milli. Í millitíðinni fer fólk svo á allar Facebook-síðurnar og fer að skýra allt sem það gerir út frá ADHD-hugtökum, þannig að það getur á endanum verið mjög erifitt fyrir lækna að finna einhverja punkta hvernig ástandið var upphaflega, eða að reyna að meta ástand sjúklingsins á þeim tíma sem sálfræðimatið fór fram. Ég held þó að það hafi verið skerpt á þessu með nýjum verklagsreglum



Kristófer Sigurðsson geðlæknir stofnaði Per mentis árið 2021. Í dag starfa þar 12 manns. Mynd/OBP

hjá Landlæknisembættinu varðandi ADHD-uppvinnslur, það er skerpt á þessu með teymisvinnuna. Annað sem ég tel að megi skerpa á eru skimanir. Við erum ekki að gera neinum greiða með því að gera ADHD-uppvinnslur á fólki með neikvæða skimun, eða sleppa fólki í gegn af því að það er svo næs. Hlutverk skimunar er að sigta út þá sem klárlega myndu ekki fá greiningu, það ver bæði skjólstæðingana og ferlið. Hjá okkur eru um 56% sem fara í gegnum skimun, það er að segja fá jákvæða skimun og halda áfram, en rétt yfir 40% sem fá neikvæða skimun og fá ekki að halda áfram og það er strax eftir fyrsta viðtal,” segir Kristófer.

### Myndi frekar vilja sjá föst komugjöld

Aðspurður að því hvort tilvísun þurfi til að komast að hjá Per mentis segir Kristófer; „Fólk þarf tilvísun í alla okkar þjónustu nema í ADHD-greiningu. Að mínu mati mætti greiðsluþátttaka Sjúkratrygginga Íslands vera meiri. Ef við horfum á stofuna í heild þá greiða Sjúkratryggingar aðeins um 20% af kostnaðinum, en ég myndi frekar vilja sjá að það væru bara föst komugjöld. Það er í raun alveg galið að einhver sem kannski hefur verið óvinnufær í

ár vegna geðsjúkdóms hafi ekki efni á því að koma til okkar af því það kostar 35.000 krónur. Þetta er auðvitað engu lagi líkt og hvorki hvetjandi eða gerlegt fyrir meðalmannskju að framkvæma. Svo er hitt. Það er mikið talað um það innan heilbrigðiskerfisins að við eigum að deila með okkur verkefnum þannig að við nýtum betur aðrar starfsstéttir en þær dýrustu. Það gerum við svo sannarlega, en flestir okkar skjólstæðingar eru með tvo til þrjá meðferðaraðila. En það stendur okkur hreinlega fyrir þrífum að geta fylgt þessu módeli vegna þess hve há komugjöldin eru.”

**„Ég held að bæði sé um of- og vangreiningar að ræða. Ofgreiningar hafa réttilega fengið mikinn fókus og mitt mat er að þær séu verri en vangreiningar.“**