

# Ungas psykiska hälsa

Insatser för barn och unga  
på vårdcentral



## **Insatser för barn och unga på vårdcentral och vårdcentral med tilläggsuppdrag Ungas psykiska hälsa (UPH)**

Barn och unga med psykisk ohälsa kan söka hjälp på alla vårdcentraler i Västra Götalandsregionen. Dit kan du vända dig för all psykisk ohälsa, exempelvis om du känner dig nedstämd, misstänker att du fått en depression, är orolig eller har ångest. Du kan få behandling av utbildad vårdpersonal så som legitimerad psykolog, psykoterapeut eller hälso- och sjukvårdskurator.

Utöver vårdcentralernas grunduppdrag finns vårdcentraler med tilläggsuppdrag Ungas psykiska hälsa (UPH). Till en vårdcentral med tilläggsuppdrag kan man söka från att man börjat förskoleklass till och med dagen man fyller 18 år. Enheten tar emot patienter utan remiss och utan krav på att vara listad på den vårdcentral som har tilläggsuppdraget.

På UPH ges planerad vård i form av rådgivning, bedömning, diagnostik och behandling med bland annat legitimerad psykolog, psykoterapeut, hälso- och sjukvårdskurator eller socionom. Behandling kan ges enskilt, i grupp samt även erbjudas digitalt.

Vid allvarigare psykisk ohälsa eller då medicinsk behandling behövs kan du remitteras till barn- och ungdomspsykiatri (BUP).



## Om vården

UPH kan ge vård till barn och unga med lättare psykisk ohälsa, samt genom konsultation och handledning vara ett stöd för andra vårdcentraler i närområdet.

Huvudinriktningen är korta behandlingsinterventioner och exempel på insatser som erbjuds är:

- Gruppbaseade psykoedukativa insatser till barn/unga och vårdnadshavare.
- Gruppbehandling till barn/unga och vårdnadshavare.
- Internetförmiddlad kognitiv beteendeterapi (iKBT).
- Konsultation och handledning till övrig primärvård, vårdgrannar och samverkansparter, till exempel elevhälsan, ungdomsmottagningar och socialtjänst.

## Hur kommer man i kontakt?

I första hand bör du som är barn, ung eller närstående söka hjälp på den vårdcentral där du är listad. Om insatserna där inte skulle räcka till finns möjlighet för vårdcentralen att samarbeta med, eller hänvisa till, vårdcentraler med tilläggsuppdrag UPH kring planering och genomförande av behandlingsinsatser. Somatisk basutredning görs på den vårdcentral du är listad.



**1177** - På 1177 finns förteckning över, samt kontaktuppgifter till, samtliga vårdcentraler med tilläggsuppdrag Ungas psykiska hälsa. Gå in på [www.1177.se](http://www.1177.se) och sök på Ungas psykiska hälsa eller scanna QR-koden nedan.



**En väg in** - Om du är 17 år eller yngre, mår psykiskt dåligt men inte har någon pågående kontakt med vården för ditt psykiska mående, kan du också kontakta **En väg in**. Det är ett kontaktcenter med uppgift att hjälpa barn och unga med psykisk ohälsa att hitta rätt i vården. Gå in på [www.1177.se](http://www.1177.se) och sök på En väg in eller scanna QR-koden nedan.



För mer information om tilläggsuppdraget Ungas psykiska hälsa besök [www.vgregion.se/ungaspsykiskahalsa](http://www.vgregion.se/ungaspsykiskahalsa) eller scanna QR-koden nedan.



Grafisk form & produktion: Regiontryckeriet Göteborg - Sep 2024