

# Hvorfor spesialisthelsetjenesten?

- Sterk sammenheng mellom psykiatriske lidelser og 1) søvn, 2) kosthold, 3) fysisk aktivitet
  - 1), 2) og 3) er ofte både årsak til, virkning av og vedlikeholdende/forverrende faktorer for psykiske lidelser
- DPS-pasienter har psykiske lidelser så alvorlige at de krever behandling i spes.helsetj., og nettopp derfor
  - er 1), 2) og 3) særlig viktige, og
  - har pasientene dårligere forutsetninger for behandling i primærhelsetj.
- 1), 2) og 3) lar seg vanskelig integrere i individalkonsultasjonene (mye erfaring å vise til)
- Skikkelig behandling av 1), 2) og 3) vil gjøre individualterapien mer effektiv

# Målsetning

- Effektiv ikke-medikamentell behandling av forsømte faktorer for psykisk helse: 1) søvn, 2) kosthold og 3) fysisk aktivitet
- Derigjennom gi selvstendige bidrag i behandlingen av den enkelte pasients psykiske lidelse(r) +
- Bidra til mer effektiv individualterapi og kortere behandlingsforløp +
- Bidra til at førstelinjen kan følge opp iht. spesifikk behandlingsplan for den enkelte