

Oslo, 17. juni 2025
Journalnr. 108-25/Vår ref: HKS/SCL

Høringssvar fra Norsk psykologforening til forslag til ny forskrift om fastlegeordning i kommunene mv.

Norsk psykologforening vil takke for muligheten til å gi innspill til forslaget om ny forskrift om fastlegeordningen. Vi mener fastlegeordningen er helt sentral i den kommunale helse- og omsorgstjenesten, og for å realisere ambisjonene i pågående reformer og planer, som «Fornye, forsterke, forbedre» (allmennlegemeldingen), Bo trygt heime-reformen og Nasjonal helse- og samhandlingsplan. Her er det tydelig at kommunale helse- og omsorgstjenester skal være i utvikling og skal få et høyere faglig nivå.

Kommunal helse- og omsorgstjeneste preges av brukere som lever lenger med mer alvorlige tilstander, et ønske om høyere endringstakt og tydeligere forventninger om kunnskapsbasert tjenesteutvikling. Sykefraværet i Norge er svært høyt, som fastlegeordningen er sentral i håndteringen av. Det er vedvarende utfordringer med samhandling både mellom forvaltningsnivåer og internt i kommunene. Vi ser også en økning av private tjenestetilbydere både av allmennlege- og psykologtjenester.

Fastlegene opplever økende arbeidspress, og befolkningen stiller økte krav til tilgjengelighet og faglighet. En samfunnstrend er det økende behovet for dokumentasjon fra en uavhengig tredjepart, eksempelvis knyttet til skolefravær eller helseforsikringer. Det er stort behov for allmennhelsetjenester, med høy tilgjengelighet og faglig nivå.

For å møte disse trendene må velferdsstaten stadig utvikle bedre utnyttelse av tilgjengelige ressurser og legge til rette for kontinuerlig forbedring og innovasjon i førstelinjetjenesten. Spørsmålet er hvordan forslaget til forskrift bidrar til å løse og møte utfordringene velferdsstaten står overfor.

Forskriftsforslaget – for konservativ, og gjør det nødvendig med annen virkemiddelbruk for å fremme utvikling

Psykologforeningen støtter målet i forskriftsforslaget om en mer tverrfaglig fastlegetjeneste. Høringsnotatet omtaler oppgavedeling og delegasjon av konsultasjoner til sykepleiere. Det er viktige tiltak. Psykologforeningen merker seg at «oppgavemengden [til fastlegene] har blitt beskrevet som en nøkkelutfordring». Skal fastlegeordningen være en sentral driver i kunnskapsbasert tjenesteutvikling i helse- og omsorgstjenesten, mener vi det må legges til rette for ytterligere utprøving med nye måter å yte allmennhelsetjenester på.

Psykologforeningen merker seg, på side 50:

Departementet har vurdert om det også bør ytes stønad for konsultasjoner utført av andre helsepersonellgrupper. Ut fra en samlet vurdering mener departementet at hensynet til kostnadskontroll, kvalitet i tjenesten og samfunnsøkonomisk nytte tilsier at stønad for konsultasjoner delegert til annet helsepersonell i *første omgang* [Psykologforeningens utheving] avgrenses til sykepleiere.

Psykologforeningen mener det trengs videre systematisk pilotering av psykologer på fastlegekontor. Det har vært noe utprøving, som det er mulig å bygge videre på:

- Ved et legekontor som deltok i primærhelseteam-utprøvingen, fikk pasienter med psykiske helseplager – som ellers ville falt gjennom nivåene i tjenesten – tilpasset hjelp direkte i allmennhelsetjenesten, uten ventetid, avvisning eller ved å ta i bruk private tilbud. Det er verdt å merke seg at psykologens rolle ikke bare er å gi individuell terapi, men å veilede andre yrkesgrupper som sykepleiere. Det er også en erfaring at samarbeid psykolog og sykepleier hjalp pasienter med spiseforstyrrelser på en helhetlig måte.
- I Fredrikstad er et nytt prosjekt i gang der to fastlegekontor samarbeider med rehabiliteringstjenestens psykolog om smertepasienter. Erfaringene er foreløpig positive.

Mer tverrfaglighet med samarbeid mellom fastlegen, psykologer, sykepleiere, fysioterapeuter og andre, kan gi bedre tilbud, tidligere og riktigere helsehjelp, forebygger, reduserer ventetid og unødige henvisninger til spesialisthelsetjenesten. Da må vi prøve dette systematisk. Vi vet, og det heter også i allmennlegemeldingen, at fastlegene selv etterspør psykolog, behovet er tydelig beskrevet.

Et av tiltakene i forskriftene er en plikt for kommunale fastlegekontorer og næringsdrivende fastlege og innrette sin praksis slik at innbyggerne tilbys digitale tjenester.

Psykologforeningen erfarer at det er mulig å utvikle ganske avanserte digitale tjenester i kommunal kontekst. Et eksempel er Øygarden kommunes arbeid med iEMDR – et intensivt, digitalt traumebehandlingstilbud utviklet innen Rask psykisk helsehjelp (Berge et al 2025). Her gis effektiv behandling for PTSD til personer som ellers ville måttet ventet lenge på hjelp i psykisk helsevern. Metoden kombinerer digitale verktøy, evidensbasert praksis og tverrfaglig teamarbeid i kommunen, og har gitt betydelige resultater i redusert symptomtrykk og lavt frafall.

Det er et savn at forskriften i liten grad fremmer mer omfattende innovasjon og samhandlingsutvikling. Det som nå kanskje er det mest tjenesteutviklende tiltakene i allmennhelsetjenesten er det «Fornye, forsterke, forbedre» beskriver som «Samhandlingsmodeller om arbeid og psykisk helse». I disse ni pilotene prøves nye samarbeidsformer mellom Nav, fastlege og Rask psykisk helsehjelp ut i 5 piloter og lignende samarbeid mellom NAV, fastlege og kognitiv terapeut (psykolog i noen tilfeller) i 4 med Rask psykisk helsehjelp som organisatorisk forankring. Pilotene gir grunnlag for en datadrevet tjenesteutvikling. Psykologforeningen ser svært positivt på denne typen utprøving, som gir grunnlag for kunnskapsbasert videreutvikling av de løsningene som fungerer best. Ut fra hva Psykologforeningen kjenner til, er disse pilotene, de viktigste driverne for tverrfaglig utvikling i fastlegjetjenesten for tiden. Pilotene er ikke finansiert utover 2025.

Fastlegen skal både være en mellommenneskelig alliansebygger og samtidig være en god veiviser inn til hjelpeapparatet. Fastlegen skal både ha med seg et helikopterblikk og

detaljfokus overfor pasienten. I vanlig fastlegepraksis gir en vanlig konsultasjon liten tid til bistand overfor pasienten eksempelvis i livskriser. I slike situasjoner vil en psykolog gi et skarpt psykologisk og relasjonelt blikk på pasienter i livskriser. En presis vurdering av pasienters vansker og behov, gjør at helningsprosessen kan gå raskere. Her ville psykologkompetanse være nyttig å ha på fastlegekontoret.

Både kommuner og fagmiljøer ønsker psykolog på legekantor, men opplever at det er manglende regulering og finansiering som er hinderet. Et nylig eksempel på dette er Tromsø kommune (iTromsø 2025), som ikke hadde finansiering til å gå videre med utprøving av psykolog på legekantor, tross politisk ønske om dette.

Fastlegekontoret besøkes av hele befolkningen. 11,7 % av pasientmøtene hos fastlegene handler om en psykisk plage eller lidelse (Caspi et al 2024), som er den nest største gruppen etter muskel- og skjelettlidelser. Psykologkompetanse ved fastlegekontor gjør denne kompetansen tilgjengelig, og ville ytterligere senke stigma knyttet til psykiske problemer.

Vi trenger en dør inn, også til psykiske helsetjenester i kommunen. Fastlegeordningen trenger videre utvikling. Det er kommuner som lykkes med dette. Hå kommune er et eksempel hvor det er lagt til rette for tettere samarbeid mellom fastleger og psykolog (Psykologforeningen.no 2023). Det er etablerte arbeidsmodeller som kan danne grunnlag for videre utprøving av økt tverrfaglighet på fastlegekontor.

Med vennlig hilsen,
Norsk psykologforening



Håkon K. Skard
President

Referanser

Berge, G., Dyregrov, K., Espevoll, S. S., Vold, V., Skjæveland, E. N. & Waage, A. E. (2025). iEMDR i kommunehelsetenesta. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 62(5), 265-269.

Caspi, A., Houts, R. M., Moffitt, T. E. mfl. (2024). A nationwide analysis of 350 million patient encounters reveals a high volume of mental-health conditions in primary care. *Nature Mental Health*, 2(10)

iTromsø (2025, 10. juni). Hentet fra: <https://www.itromso.no/nyheter/i/Pp8VGJ/sier-nei-til-psykologer-paa-legekontorene-paa-grunn-av-pengemangel>

Psykologforeningen.no (2023). Hentet fra: <https://www.psykologforeningen.no/aktuelt/tenker-framover>