

Anonym

**1. Kort personligt budskap till socialstyrelsen, riksdag och regering (max 190 tecken inkl. blanksteg)?**

Om ni ska få bukt på den ökade psykiska ohälsan och sjukskrivningarna i samhället, måste de nackskade bli tagna på allvar och försäkringsbolagens läkare får inte ha sådan makt som de har idag. Det måste vara en oberoende instans som gör en bedömning utifrån evidens, god läkarsed och beprövad erfarenhet. Man måste också förlita sig på den läkare som känner patienten och som har erfarenhet och kunskap i området. Som det är idag är det läkare som inte har kunskap i området som gör den slutgiltiga bedömningen. Att överklaga sina beslut och kämpa i motvind, tar oerhört mycket tid och energi. Denna energi och tid måste den skadade få använda till sin återhämtning. Det är jätte viktigt i rehabiliteringsprocessen. Kroppen har i samband med ett trauma/olycka utsatts för en kraftig stress och chock. Det är mycket som händer i kroppen i samband med detta. Det blir en obalans. Att ha varit med om en olycka och blivit funktionsnedsatt är ett trauma i sig, som man behöver jobba med. Värken /smärtan är en annan. Att dessutom mitt i allt detta inte bli tagen på allvar är psykiskt påfrestande och mycket stressande. Många hamnar också i en stor ekonomisk kris i samband med sjukskrivningen. Detta är också en stor psykiskt belastning och stress som påverkar återhämtningen och rehabiliterings processen negativt.

**2. Hur fungerar vården i samband med diagnos och behandling för dig idag?**

**3. Är det några speciella problem som du vill framhålla?**

Väntetiderna för MR är för långa. Kunskapen om nackskador är för dålig rent allmänt i sjukvården. Vilket ofta leder till felaktig behandling, felaktig diagnos och försenad behandling med negativa konsekvenser samt ökade samhällskostnader. Försäkringsläkarna har förstor makt. Detta ger negativa konsekvenser både samhällsekonomiskt och på humankapitalet. Dessa läkare arbetar inte efter evidens, godläkarsed eller beprövad erfarenhet, då de är köpta av försäkringsbolagen och på så sätt jäviga. Detta leder till ökad psykisk ohälsa och långtidssjukskrivningar. Det måste finnas en oberoende instans som ger en mer objektiv bedömning som är baserad på evidens och beprövad erfarenhet.

**4. Förbättringsförslag, framtida utmaningar, hur kan vårdprocesser, system, verktyg, organisation etc. förbättras?**

Den allmänna kunskapen om nackskador måste öka. Det måste vara lättare att komma till en specialist läkare. Det är för restriktivt med MR i ett tidigt skede. Idag är det flera månaders väntetid. Intyg från opererande läkare om att skadan har samband med olycka måste respekteras och inte förkastas av en läkare som varken har undersökt, behandlat eller har kunskap om nackskador. Att inte bli tagen på allvar och bli bemött på det sätt man blir idag ökar den psykiska ohälsan. Om försäkringsbolagen hade tagit sitt samhällsansvar i detta hade den psykiska ohälsan minskat. Försäkringsläkarna är "köpta". De har i uppgift att lägga ner så många ärende som möjligt. Man tittar

inte till den samhällsvinst man hade gjort om fler personer med nackskador hade fått rätt till ersättning. Det hade sparat mycket människolidande. Hur vi blir bemötta idag spelar en mycket viktig roll i hur man ska kunna lära sig att leva med sin smärta och sitt framtida handikapp. Bli man bemött med mer respekt och tagen på allvar är det lättare att hantera och stå ut med sin funktionsnedsättning. När du mår dåligt psykiskt är det svårare att hantera sin smärta. Det hade underlättat om man har speciella team i de större städerna dit patienten själv kan söka med en egenremiss. I dessa team ska det finnas en specialist läkare, specialist sjukgymnast och en psykiatrisjuksköterska med kunskap om psykisk ohälsa, smärta och nackskador och som kan ge stöd i denna process. En läkare med kunskap om hur stress påverkar kroppen kan också vara bra att konsultera, då stressen ger en obalans i kroppen som också påverkar rehabiliteringsprocessen. Det är också viktigt att känna till hur den kroniska smärtan kan omvandlas och även påverkar den kognitiva förmågan. Det är viktigt att patienten följs upp ordentligt gällande de olika sjukgymnast övningar man måste göra för att få ner svullnaden och på så sätt få ner smärtan och inflammationen. Det borde också finnas tillgång till sjukgymnaster på akutmottagningarna kvällstid och helger, då deras hjälp ofta är bättre än bara smärtlindrande mediciner. Akupunktur hjälper också bra. Det hjälper bra mot både smärtan och inflammationen i många fall. Det måste också bli lättare att få hjälp utomlands eftersom Sverige inte har rätt hjälp idag. Så som sjukvården fungerar idag har både vården och försäkringsbolagen bidragit till den ökade psykiska ohälsan i samhället.

**5. Skulle ett nationellt kunskapscentrum där aktuell vetenskap och beprövad erfarenhet om svåra kroniska besvär efter nack-, rygg- och hjärnskador samlas kunna hjälpa dig?**

Det är en liten del som hade kunnat hjälpa.

**6. Något övrigt som du önskar nämna?**

Jag vill gärna vara med och bidra med min erfarenhet och kunskap både som patient och specialist sjuksköterska. Vill gärna bli kontaktad, för att kunna hjälpa till i denna fråga.