

Feelgood står bakom världens första förbandslåda för psykisk hälsa

Trots att psykisk ohälsa idag är den vanligaste sjukskrivningsorsaken och kostar företagen mer än 15 miljarder kr årligen pratas det väldigt lite om psykisk ohälsa på svenska arbetsplatser. Därför har Feelgood engagerat sig i kampanjen Hjärnkoll och bidragit med expertis och kunskap i utvecklingen av världens första psykiska förbandslåda.

Arbetslivet blundar ofta för psykisk ohälsa när det istället går att göra mycket med relativt enkla lösningar. Att göra det enklare att agera tidigt vid psykisk ohälsa kan förhindra att situationen förvärras och leder till utbrändhet och sjukskrivning.

En innovativ lösning är **världens första förbandslåda för psykisk första-hjälpen**, där Feelgood haft en betydande expertroll.

- Vi vill göra skillnad hos våra kunder och psykisk arbetsmiljö är ett oerhört viktigt område, säger Lena Lehmann, organisationskonsult och ergonom på Feelgood. Därför investerar vi vår kunskap i detta innovativa utvecklingsprojekt som hjälper våra kunder att i ett tidigt skede stötta medarbetare som drabbats av, eller ligger i farozonen för, psykisk ohälsa.

Förbandslådan testas nu på olika arbetsplatser runt om i landet. Förutom plåster, sårsvätt och bandage för fysiska skador innehåller lådan också en självskattning för att upptäcka tidiga tecken på psykisk ohälsa, tips och telefonkontakt för snabb hjälp. Genom telefonkontakten ger lådan en direkt kanal in till företagshälsovårdens psykologer som kan ge hjälp och stöd.

Viktigt att sänka tröskeln för att söka hjälp

Det är viktigt att inte avdramatisera psykisk ohälsa i sig, men steget att söka hjälp måste bli mycket enklare och mindre tabu. Där kan förbandslådan spela en viktig roll.

- Psykisk ohälsa är mycket vanligare än vad många av oss tror. Depression, ångest och normala reaktioner vid kriser, konflikter och stress kan kännas främmande och skamfyllda. Om man inte vet vart man ska vända sig är det lätt att det drar ut på tiden, säger Gabriella Grusell, psykolog på Feelgood. Vid sidan av att öka kunskapen hos chefer är det viktigt att underlätta för individen att ta steget att söka professionell hjälp. Vår förhoppning är att möjligheten att på ett enkelt sätt skatta sitt psykiska mående och direkt kunna ta kontakt med en terapeut ska göra att fler personer som behöver stöd och behandling kan få det i rättan tid.

Utvecklingen av den psykiska förbandslådan har skett i ett brett samarbete där bl a. Feelgoods kunder NCC och Byggmästarn i Skåne har varit viktiga parter.

För mer information kontakta:

Lena Lehmann
telefon: 070-8108716
mail: lena.lehmann@feelgood.se

Om Feelgood

Feelgood är ett av Sveriges ledande hälsoföretag och verkar inom företagshälsa, sjukgymnastik och primärvård. Vi erbjuder innovativa hälsotjänster till företag, organisationer och privatpersoner. Vårt motto är att satsningar på hälsa ska vara en lönsam investering, genom ökad produktivitet och sänkta kostnader för ohälsa i företag och ökad livskvalitet för privatpersoner. Feelgood är ett rikstäckande företag med cirka 550 medarbetare och levererar hälsotjänster på 150 enheter över hela landet, av dessa är sextioalet egna anläggningar. Företaget grundades år 1995 och är noterat på Nasdaq OMX Nordic, Small Cap.

Om Hjärnkoll

Hjärnkoll är en nationell kampanj som arbetar för ökad öppenhet kring psykisk ohälsa med målet att alla ska ha samma rättigheter och möjligheter oavsett psykiskt funktionssätt. Kampanjen drivs av myndigheten Handisam och nätverket Nationell samverkan för psykisk hälsa (NSPH). Läs mer på www.hjarnkoll.se