

Betydningen af fysioterapi i behandlingsforløb i psykiatrien

Rigtig mange danskere har psykiatriske lidelser

Psykiatriske lidelser presser sundhedsvæsenet rigtig meget.

Fire ud af fem danskere vil på et tidspunkt i livet få udskrevet medicin for psykiske symptomer og/eller blive behandlet i psykiatrien.



Moderat til hård konditionstræning kan nedsætte de primære symptomer på 11 forskellige psykiatriske lidelser, viser et nyt studie.

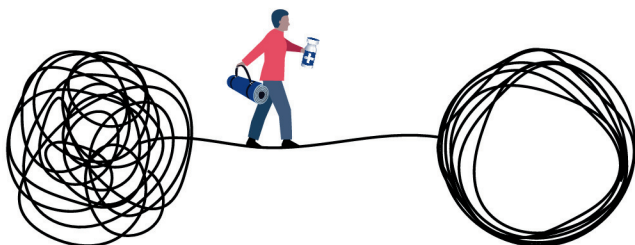


Fælles for de psykiatriske lidelser er, at de traditionelt i høj grad behandles medicinsk. I 2022 fik knap 750.000 danskere medicin mod psykiatriske lidelser.

Angst og depression

Lever man op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om fysisk aktivitet, er risikoen for depression nedsat med 25 %.

Fysisk aktivitet kan forbedre symptomer på angst og depression hos voksne. For alvorlig depression har fysisk aktivitet sammenlignelig effekt med antidepressiv medicin og psykoterapi.



Depression er den lidelse, som er årsag til allerflest langvarige sygdomsmeldinger. Det koster 25,68 mia. kr. årligt i omkostninger til tabt produktion.

Samtidig står depression for 35 % af nytilkendte førtidspensioner.

Børn med ADHD

Fysisk aktivitet kan hjælpe med at lindre symptomerne på ADHD hos børn.

Det kan forbedre opmærksomhed og motorik.



Skizofreni

Fysisk aktivitet kan reducere psykiatriske symptomer og forbedre livskvalitet, fysisk funktionsniveau, hukommelse, opmærksomhed og evnen til at tilegne sig og bruge ny viden for mennesker med skizofreni.

