



RUS Nyhetsbrev

Inledare – Försäkringskassan drar för lite skatt

Nr 3 – Juni 2007

I det här numret

- 1 **Inledare – Försäkringskassan drar för lite skatt**
- 1 **Sommar, sommar ...**
- 2 **Ljusterapi ifrågasätts**
- 2 **Deprimerade flickor har sämre blodkärl**
- 2 **Färre apotek stänger i sommar**
- 3 **Allt fler unga får förtidspension**
- 3 **Var tionde svensk vill ha mer sjukvård**
- 4 **Handslag bästa medicinen**
- 4 **På gång – viktiga datum**

När man får en utbetalning från försäkringskassan så kvittar det om det är sjukpenning eller sjukbidrag, de drar för lite skatt. Man tar under 30 % i skatt och det kan leda till att det blir stora problem med restskatt när det är dags att deklarerat.

Jag har personliga erfarenheter av det här. När jag gick på aktivitetsersättning så åkte jag på en restskatt på 7 000 kronor. Är det rimligt? Jag var inne på Försäkringskassans hemsida och försökte ta reda på hur mycket de drar i skatt men jag hittade inget.

Hur ska en person som är förtidspensionerad klara av att betala tillbaka en sådan summa? Det finns en stor risk att man hamnar hos kronofogde-myndigheten och det kan förstöra framtiden ordentligt om det vill sig riktigt illa. Att bli utsatt för detta kan även påverka individens psykiska ohälsa till det sämre.

Jag har alltså inte hittat information alls om hur mycket Försäkringskassan drar i skatt. Nu har jag sagt till dem att de ska dra minst 30 % skatt på mina pengar för jag kommer inte att klara av ytterligare en smäll på 7 000 kronor.

Jag anser att Försäkringskassan ska informera om vilken skatt de drar på sina utbetalningar så man kan gå in och begära att de drar mer skatt. Det kan ju inte vara meningen att man ska dra på sig skulder för att man får en restskatt.

RUS kräver att Försäkringskassan blir bättre på att informera om detta så att inte fler hamnar i samma situation som jag. Jag har mått psykiskt dåligt av detta och det finns i mina tankar hela tiden hur jag ska klara av att betala.

Det är bara att kämpa vidare och göra rätt för sig. Men jag tycker att det är dålig stil av Försäkringskassan.

Jonas Andersson

Sommar, sommar ...

Sommarvärmen har kommit med kraft de sista veckorna och på de flesta ställen i landet har man kunnat ta det första doppet i mycket varmare vatten än vad som är normalt.

Nu tar vi på RUS sommarledigt för att kunna vara tillbaka med full kraft i augusti igen. Vi hoppas att ni också har möjlighet att ladda batterierna på bästa sätt.

En riktigt bra sommar önskar vi er alla från oss alla på RUS!

Ljusterapi ifrågasätts

Det blir svårare för vinterdeprimerade att få ljusterapi i framtiden. Bara de som är försökspersoner i vetenskapliga studier bör erbjudas behandlingen, slås det fast i en ny utvärdering.

SBU har tittat på 18 studier om ljusterapi som gjorts runt om i världen. Slutsatsen är att ljusterapi vid vinterdepression varken kan bekräftas eller förkastas. I bästa fall är effekten liten och

Varje år drabbas ungefär var tjugonde svensk av vinterdepression eller annan årstidsbunden depression. Många får remiss till ljusterapi av sin läkare. Men en ny utvärdering av SBU, Statens beredning för medicinsk utvärdering, kan göra det svårare att få sådan behandling i fortsättningen.

SBU har tittat på arton studier om ljusterapi som gjorts runt om i världen. Slutsatsen är att nyttan av ljusterapi vid vinterdepression varken kan bekräftas eller förkastas. I bästa fall är effekten liten och övergående.

Redan 2004 konstaterade SBU i en rapport att ljusterapi saknar vetenskapligt belagd effekt. Men när Socialstyrelsen nu drar upp riktlinjer för behandling av depression fick SBU på nytt uppdraget att sammanställa forskningsläget. Och slutsatserna är alltså desamma som för tre år sedan.

Deprimerade flickor har sämre blodkärl

Tonårsflickor som uppger att de är stressade eller deprimerade har sämre kärlfunktion än andra flickor. Olydiga killar däremot, har bättre blodkärl än andra. Det visar en ny avhandling från Sahlgrenska akademien.

136 flickor och 112 pojkar i åldrarna 12 till 16 år ingick i studien. Barnen fick svara på frågor om sin psykiska hälsa, och svaren jämfördes sedan med undersökningar av deras blodkärl.

Det visade sig att de flickor som uppgav att de mådde psykiskt dåligt också i större utsträckning hade en försämrad kärlfunktion. Studien kan dock inte säkert fastställa att det är den sämre psykiska hälsan som orsakar de för-sämrade blodkärlen.

Andra faktorer kan också tänkas spela in, till exempel föräldrarnas utbildningsnivå. Flickor vars föräldrar hade en lägre utbildning uppgav oftare att de mådde dåligt, och hade även en sämre kärlfunktion.

Samma förhållande mellan den psykiska hälsan och kärlfunktionen kunde inte ses hos pojkar. Däremot lade forskarna märke till ett annat samband. De pojkar som uppgav att de hade ett normbrytande beteende, var olydiga helt enkelt, hade ofta en bättre kärlfunktion.

Färre apotek stänger i sommar

I sommar kommer 42 apotek att stänga på grund av personalbrist. Det är något färre jämfört med förra sommaren.

Under de senaste åren har antalet sommarstängda apotek minskat. Förra året tvingades 51 av landets 900 apotek stänga under sommaren. I år handlar det alltså om 42 apotek.

Trots att antalet sommarstängda apotek minskar räknar Sveriges farmaceutförbund med att det kommer bli en tuff sommar för dem som

Allt fler unga får förtidspension

Allt fler unga hamnar utanför arbetsmarknaden för gott. Tendensen är alarmerande och innebär stora förluster för både individen och samhället.

Det konstaterar Försäkringskassan som i tre olika rapporter försökt kartlägga utvecklingen av och orsaken till varför sjuk- och aktivitetsersättning (tidigare förtidspension) kryper allt lägre ned i åldrarna.

Utvecklingen har varit dramatisk. Mellan 2000 och 2006 beviljades nästan 70 000 yngre sjuk- och aktivitetsersättning. Toppen nåddes 2004 då hela 13 104 personer i åldrarna 20-39 år beviljades ersättningen.

De yngsta i gruppen som studerats, 20-24 åringar, har i de flesta fall ingen sjukdomshistoria bakom sig. Det gäller för drygt 70 procent av fallen. I den äldre kategorin var förhållandet det motsatta. 87, 7 procent av 35-39-åringarna hade varit sjukskrivna innan de blev förtids-pensionerade.

Kvinnor är överrepresenterade bland dem som får sjuk- och aktivitetsersättning.

Totalt i alla åldersgrupper har nybeviljandet av sjuk- och aktivitetsersättning ökat från drygt 40 000 personer 1971 till något över 60 000 2005. Det som skiljer dagens unga med sjuk- och aktivitetsersättning från gårdagens är att de ofta beviljats ersättningen efter lång arbetslöshet.

Försäkringskassan konstaterar att 2005 var psykiska sjukdomar för första gången den vanligaste diagnosen vid nybeviljade ersättningar. De psykiska sjukdomarna har stadigt ökat sedan 1987 samtidigt som den andra stora sjukdomsorsaken för beviljande av förtidspension, sjukdomar i rörelseorganen, minskat.

Depressioner och stress dominerar bland de psykiska sjukdomarna.

Var tionde svensk vill ha mer sjukvård

En av tio svenskar anser sig inte ha tillgång till den sjukvård de behöver. Det visar undersökningen Vårdbarometern, som nyligen presenterade sina siffror för år 2006.

Sveriges landsting och regioner presenterar sedan 2002 årligen undersökningen Vårdbarometern, där svenska folkets attityder till och erfarenhet av sjukvården mäts genom ett stort antal telefonintervjuer.

Över 40 000 svenskar har tillfrågats om hur nöjda de är med svensk sjukvård. På frågan "Har du tillgång till den sjukvård du behöver?" svarade 74 procent av de tillfrågade att de instämde helt eller delvis. 9 procent av de tillfrågade höll inte med.

Andelen som anser sig ha den vård de behöver har stigit sedan undersökningen började genomföras år 2002. Då var andelen svenskar som ansåg sig ha den vård de behövde 69 procent. Av de personer som uppgett att de saknat något vid sin kontakt med vården är

Utvecklingen har varit dramatisk. Mellan 2000 och 2006 beviljades nästan 70 000 yngre sjuk- och aktivitetsersättning. Toppen nåddes 2004 då hela 13 014 personer i åldrarna 20-39 år beviljades ersättningen.

Handslag bästa medicinen

En förkrossande majoritet, nästan 80 procent, av patienterna vill skaka hand när de möter läkaren för första gången. Det visar en undersökning som publicerats i den amerikanska medicintidskriften Archives of Internal Medicine.

Mellan åren 2004 och 2005 frågade doktor Gregory Makoul och hans kollegor vid Northwestern University Feinburg School of Medicine i Chicago, USA, 415 patienter om deras förväntningar och önskemål om bemötandet inför ett stundande läkarbesök.

Hälften, 50, 4 procent, ville att läkaren skulle använda patientens tilltals-namn när de träffades medan 17 procent föredrog att bli tilltalade med efternamnet.

Forskarna analyserade även videoupptagningar med 123 nya patientbesök hos 19 olika läkare som visade att läkaren hälsade genom att ta patienten i handen i 83 procent av fallen. Men i över hälften av fallen nämnde läkaren inte ens patienten vid namn och vid vart tionde besök presenterade sig inte läkaren över huvud taget.

På gång – viktiga datum

RUS-caféer:

Stockholm: söndagar, jämna veckor, kl. 14.00-18.00.

Borlänge: onsdagar kl. 18.00-21.00 – gör uppehåll över sommaren.

Täby: fredagar kl. 15.30-19.00 – gör uppehåll vecka 25-30.

Läger:

RUS Stockholms län anordnar sommarläger den 26-29 juli.

Plats: Sorunda i Nynäshamns kommun.

Kostnad: 450 kronor per deltagare, då ingår mat och boende.

Begränsat antal deltagare.

Anmälan: till Lena Stålklinga senast den 20 juli,

lena.stalklinga@rsmh.se, eller 0736-24 81 92.

Kurser:

6-10 augusti, Åsa folkhögskola

Hälsa som livsstil

Innehåll: En kurs om och med friskvård, där deltagarna får stöd och stimulans att komma igång med egna aktiviteter, uppleva gemenskap med andra och möjligheter att finna aktiviteter som passar.

Sista anmälningsdag: 29 juni 2007

Självkänsla – en studiecirkel baserad på Mia Törnbloms bok

Självkänsla Nu och deltagarnas egna erfarenheter. Start tisdag 10 juli.

Livsåskådning – en öppen diskussionscirkel om religion i vardagen. Start torsdag 12 juli.

Arr: RUS Stockholms län och RSMH Carpe Diem.

Information och anmälan: lena.stalklinga@rsmh.se, eller 0736-24 81 92.

Nästa nummer av RUS Nyhetsbrev kommer sista veckan i augusti.

Vill du bidra med material så skickar du in det senast den 15 augusti.



Direktsändningar måndagar 19-20.

Om du går in på nätet och skriver in följande adress så kan du också lyssna på de senaste sändningarna: <http://www.rsmh.se/lyssna.htm>

NATIONELLA
Hjälplinjen
020-220060

Behöver du någon att prata med?

Nationella hjälplinjen erbjuder dig kris- och stödsamtal samt råd och hänvisning via telefon och texttelefon.

Vi vänder oss till dig som befinner sig i en svår livssituation.

Ring till oss om du behöver prata om relationsproblem, psykisk ohälsa, sociala svårigheter, dödsfall, självmordstankar, ångest eller andra svåra situationer.

Du kan ringa Nationella hjälplinjen för egen del eller som närstående.

Vi som svarar när du ringer är beteendevetare, socionomer eller mentalskötare.

Du ringer till oss kostnadsfritt och anonymt. Det syns inte på din telefonräkning att du ringt till oss.

Vårt telefonnummer är: 020-22 00 60

Telefonöppettider:

Måndag - torsdag: 17.00-22.00

Fredag - söndag: 17.00-24.00

RUS Nyhetsbrev

Ansvarig utgivare: Therese Persson

I redaktionen: Östen Hannmyhr, Anna Lindberg, Lena Stålklinga, Jonas Andersson

Adress: Instrumentv. 10, 2 tr, 126 53 Hägersten

Tel: 08-772 33 60