



UPPSALA
UNIVERSITET

Forskningsöversikt psykotraumatologi 2022

Kunskapscentrum i psykotraumatologi

Sammanställt av Kunskapscentrum i psykotraumatologi vid institutionen för medicinska vetenskaper, Uppsala universitet, på uppdrag av Socialstyrelsen.

Författarna svarar för innehåll och slutsatser.

Uppsala, 31 oktober 2022

Om rapporten

Kunskapscentrum i psykotraumatologi ska regelbundet rapportera till Socialstyrelsen om aktualiteter inom kunskapsområdet. Rapporteringen sker bland annat i form av forskningsöversikter en gång per år.

Målgruppen för denna omvärldsanalys är tjänstemän, verksamhetsansvariga, legitimerad vårdpersonal och beslutsfattare som arbetar med krisberedskap eller katastrofmedicinsk beredskap inom till exempel Socialstyrelsen, MSB, Försvarsmakten, regionala och kommunala hälso- och sjukvården samt socialtjänsten.

Syftet med forskningsöversikten är att upprätthålla och utveckla expertis samt att förse målgruppen med en kartläggning av forskning som berör svensk katastrofmedicinsk beredskap inom kunskapsområdet. Forskningsöversikten ska omfatta en sammanställning av vetenskaplig litteratur samt presentationer på vetenskapliga möten och konferenser i urval som publicerats eller presenterats under föregående år.

Kunskapscentrumet ska identifiera och kortfattat summera forskningsresultat inom kunskapsområdet som kan stärka svensk katastrofmedicinsk beredskap. Kunskapscentrumet ska även identifiera kunskapsluckor inom området samt analysera och dra slutsatser gällande behov av framtida forskning som kan stärka den svenska hälso- och sjukvårdens katastrofmedicinska beredskap.

Innehåll

Inledning	5
Vetenskapliga publikationer	5
Psykisk ohälsa relaterad till pandemin	5
Kriget i Ukraina	7
Avhandlingar.....	8
Sammanfattning.....	9
Referenser	11

Inledning

Detta är den andra forskningsöversikten sedan Socialstyrelsen år 2021 upphandlat Kunskapscentrum inom psykotraumatologi. Forskningsöversikten omfattar primärt perioden 2 oktober föregående år till 1 oktober innevarande år. Bevakningsperioden överlappar med perioden för centrets rapport om omvärldsbevakning från september 2022 och innehållet är därför också överlappande. I översikten refereras till vissa vetenskapliga publikationer som återfinns i referenslistan i slutet på detta dokument, men det finns även fotnoter med hänvisningar till mera omfattande listor över publicerade arbeten. Bevakningsperioden har i högsta grad präglats av Coronapandemin och kriget i Ukraina, varför denna översikt fokuserar på dessa händelser.

Vetenskapliga publikationer

Psykisk ohälsa relaterad till pandemin

Forskare i hela världen, såväl som i Sverige, har undersökt psykologiska aspekter relaterade till pandemin hos allmänhet, patienter och personal. Vi har identifierat ca 60 forskningspublikationer relaterade till pandemin och psykisk ohälsa där svenska forskare analyserat data helt eller delvis från Sverige, och som har publicerats i vetenskapliga tidskrifter från 2 okt 2021 till 1 okt 2022.*

I sammandrag har studierna i huvudsak undersökt allmän befolkning. En del studier har undersökt särskilda grupper, exempelvis barn, äldre, personer med autism, och hälso- och sjukvårdspersonal. Vanligen har nivåer av olika former av psykisk ohälsa redovisats, men det finns flera studier med andra syften, som förändringar i alkoholdrickande, upplevd diskriminering, internetanvändning, moralisk stress och användning av vårdresurser. I flera projekt har svenska forskare samarbetat med forskare från andra länder.

* En lista över svensk pandemiforskning under bevakningsperioden:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/myncbi/1dIEbkx7u1b5h/collections/62404859/public/>

Ur ett bredare perspektiv kommer nu översikter av internationell forskning som har sammanställt studier publicerade under åren 2020 och 2021, och i några fall även början av 2022. Dessa översikter indikerar att från ett helikopterperspektiv har studier funnit högst psykisk belastning under våren 2020, medan utvecklingen under 2021 har varit tämligen varierande mellan olika uppföljningar.^{1,2} Vissa översikter pekar på ökade nivåer av psykisk ohälsa hos barn och unga: Påverkan på barns psykiska hälsa har eventuellt ett samband med låg socioekonomisk status, sömnrubbingar, livsstilsfaktorer som mindre rörelse och försämrad hälsa hos föräldrar till följd av nedstängningar.³⁻⁵ Andra studier har också funnit ett samband mellan större samhällspåverkan av pandemin och psykisk ohälsa, i den meningen att studier från områden med flera smittade, allvarligt sjuka och döda, samt med svårare restriktioner, rapporterar högre ohälsotal.⁶

Det är viktigt att vara medveten om eftersläpningen i forskning: ännu finns mycket litet kunskap om hur pandemins utveckling inkluderat 2022 har påverkat människors psykiska hälsa. Flera studier med flera uppföljningar kan ge en tydligare bild av hur människor påverkats. Vi ser en tendens att pandemins påverkan bedöms tämligen enkelt, i den mening att psykisk ohälsa redovisas som ett statistiskt utfall. I verkligheten är den påverkan som människor upplever föränderlig och kan avta likväl som den kan bestå. Det finns skäl att tro att vi behöver se närmare på i vilken utsträckning rapporterade pandemirelaterade besvär ökar och minskar i samband med toppar och dalar i samhällspåfrestningar relaterade till pandemin. Vi har i Sverige under pandemin sett att sommarmånaderna inneburit relativt lågt tryck på samhället, och preliminära resultat från svenska data pekar på att också människors psykiska hälsa under dessa månader varit relativt god. I samband med detta ser vi också hur sociala faktorer spelat stor roll, och när vi har frågat vad som bidragit positivt under pandemin har vänner och familj varit en av de mest upplyftande faktorerna.⁷

Slutligen är det tydligt att människors reaktioner på pandemin är skiftande och att även om det på ett övergripande plan är svårt att se en tydlig påverkan så finns det tydliga tecken på att vissa grupper i samhället drabbats hårdare, exempelvis hälso- och sjukvårdspersonal. Här kan nämnas en översikt om åtgärder för att stärka psykisk hälsa bland denna personalgrupp, men det har ännu inte materialiserats några särskilt effektiva metoder.⁸

Kriget i Ukraina

Sedan Rysslands invasion av Ukraina har forskarsamhället på flera håll uttryckt farhågor om de konsekvenser som krig har på människors psykiska hälsa.[†] Vi vet sedan tidigare att denna typ av konflikter kan resultera i att ca 20 till 25 procent av civila drabbade får tydliga posttraumatiska stressreaktioner. För en del avklingar reaktionerna med tiden medan andra behöver särskilt stöd eller vård. Konflikten i Ukraina har pågått sedan 2014, och det finns tecken på att bördan av psykisk ohälsa i Ukraina redan innan invasionen 2022.⁹

Det framträdande mönstret i det som publicerats under året är en oro över konsekvenserna för barn och unga. De identifierade publikationerna innehåller dock sällan redovisningar av empiriska data. Ett exempel är dock en liten undersökning av ukrainsk krisstödspersonal från mars 2022 som fann en tydlig psykosocial belastning i denna grupp.¹⁰

Samtidigt finns vittnesmål om att psykiatriska och psykosociala insatser formerats bättre med tiden och att det finns hjälp att få, men den kan vara svår att hitta när samhället fragmenterats av konflikten.¹¹ Flera har också understrukt vikten av att krisstöd behöver ges samordnat för att öka chanserna att människor i behov av stöd kan hitta dessa insatser.

Det finns också en samsyn om att det psykologiska och sociala stöd som mest behövs är enklare åtgärder i linje med Psykologisk första hjälpen och liknande insatser.¹² I de fall där psykologisk behandling är påkallat har flera lyft den digitala infrastrukturen och möjligheterna att använda digitala medium för att öka tillgången.¹³

Det finns även vissa indikationer på ett samband mellan invasionen och försämring i psykisk ohälsa bland psykiatriska patienter i Danmark.¹⁴ Sammantaget är det ännu oklart hur stor påfrestning människor i och från Ukraina upplever, medan det finns många exempel på hur forskare försöker bidra med kunskap från tidigare konflikter. Ett handfast exempel är tillgång till skattningsskalor på relevanta språk som finns tillgängliga för nedladdning.¹⁵

[†] En lista över publikationer om psykisk ohälsa i samband med kriget i Ukraina:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/myncbi/1dIEbkx7u1b5h/collections/62405001/public/>

Avhandlingar

Här redovisas kort avhandlingar vid svenska lärosäten som framlagts det senaste året och som kan vara av relevans för personal som arbetar med människor med svåra erfarenheter.

Internet-based treatment of depression and anxiety among migrants and refugees in Sweden

Tomas Lindegaard, Linköpings universitet

Syftet med denna avhandling var att undersöka användbarheten och effekten av internetbaserad kognitiv beteendeterapi (IKBT) för migranter och flyktingar i Sverige som lider av depression och ångest. Studierna i avhandlingen visade att både vägledad och icke-vägledad IKBT kan vara acceptabla interventioner för arabisktalande vuxna med milda till måttliga symtom på depression och ångest. Resultaten visade även på positiva effekter av vägledad IKBT i termer av minskade symtom på psykisk ohälsa.

Initial transfer of Project Support from the US to Sweden: Feasibility and clinical aspects as viewed by counsellors and parents

Helena Draxler, Karlstads universitet

Project Support (PS) är ett föräldrastödsprogram utvecklat i USA för föräldrar och barn som utsatts för våld i nära relationer där barnen utvecklat beteendeproblem. Utifrån genomförbarhetsaspekter med hjälp av kvalitativa och kvantitativa metoder, var avhandlingens övergripande syfte att erhålla kunskap om överförbarheten av PS till en svensk naturalistisk kontext, socialtjänsten. Övergripande verkade PS kunna förbättra föräldrarnas psykiatriska symtom men utifrån ett individperspektiv hade flertalet föräldrar dysfunktionella symptomnivåer efter erhållen intervention.

Mental health after migration to Sweden: The role of the social determinants of health

Helena Honkaniemi, Stockholms universitet

Genom att använda enkätdata, registerinformation och tidigare publicerade studier undersöker denna avhandling skillnader i psykisk hälsa mellan olika migrantgrupper och inrikes födda och hur vistelsetid i landet, integration och specifikt födelseland

påverkar dessa skillnader. I de fem ingående delstudierna studeras också betydelsen av olika närliggande (individuella) och avlägsna (strukturella) bestämningsfaktorer för migranternas psykiska hälsa. Resultaten från denna avhandling visar att den psykiska hälsan hos migranter i Sverige har en dynamisk karaktär och att flera olika sociala bestämningsfaktorer i mottagarlandet är av betydelse för deras psykiska hälsotillstånd.

Taking mind matters to heart: E-health methods to assess and treat psychological distress associated with myocardial infarction and Takotsubo syndrome

Sophia Humphries, Uppsala universitet

Avhandlingen undersöker psykisk ohälsa hos patienter efter hjärtinfarkter med fokus på digitala metoder för datainsamling och psykologiska interventioner.

Sorgereaktioner hos närstående till personer som avlidit till följd av plötsligt hjärtstopp

Nina Carlsson, Linnéuniversitetet

Avhandlingens övergripande syfte var att utforska sorgereaktioner hos närstående till personer som avlidit till följd av plötsligt hjärtstopp. För att underlätta sorgprocessen bör närstående erbjudas professionellt stöd under hjärtstoppshändelsen och uppföljande samtal efter dödfallet. Genom ett proaktivt professionellt stöd och användning av validerade mätinstrument kan närstående i behov av ytterligare psykologiskt stöd identifieras.

Sammanfattning

Denna andra forskningsöversikt har haft fokus på pandemin och kriget i Ukraina. Det finns givetvis annan forskning inom fältet som kan uppmärksammas inom svensk vård och omsorg: exempelvis utvecklingen vad gäller psykologisk behandling för traumatiserade i ett intensivformat; en hel behandlingsdos ges inom loppet av en vecka istället för under flera månader.^{16,17} Ett annat exempel är att forskningen om en mobilapp på svenska till vuxna med traumatiska erfarenheter (PTSD Coach) har visat på positiva effekter,¹⁸ så pass att appen nu finns att ladda ned och kan

användas som komplement till sedvanlig vård. Fördjupad kunskap om hur dessa kan användas i Sverige torde kunna bidra till bättre vård och stöd till drabbade i Sverige.

De avhandlingar som har kommit under året visar spår från migrationskrisen som kulminerade 2015 i Sverige och Europa. De är exempel på hur forskningsprojekt relaterade till en kris kan bidra framöver, och skapar förutsättningar för ökad kunskap i mottagandet av migranter framöver. Övriga avhandlingar är exempel på hur forskningskompetens som är relevant för krisberedskap skapas inom vardaglig sjukvård.

Det finns fortfarande mycket att lära av pandemin, samtidigt som omvärlden går vidare och nya kriser drabbar våra samhällen. Klimatförändringarnas eventuella påverkan på människors psykiska hälsa har börjat ge avtryck i forskningen. Dels om effekter av klimatförändringar som långsamma, diffusa hot: detta nya forskningsområde har inte någon större kunskapsbas och det finns många frågetecken runt begrepp som klimatångest och liknande etiketter.^{19,20} Dels uppmärksammas också att klimatförändringar ökar risken för naturkatastrofer och här finns möjligheter att använda det vi vet om naturkatastrofer idag för att öka chanserna till bättre beredskap för psykiska konsekvenser av klimatförändringarna.

Referenser

1. Cénat, J. M. *et al.* The global evolution of mental health problems during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *J. Affect. Disord.* **315**, 70–95 (2022).
2. Robinson, E., Sutin, A. R., Daly, M. & Jones, A. A systematic review and meta-analysis of longitudinal cohort studies comparing mental health before versus during the COVID-19 pandemic in 2020. *J. Affect. Disord.* **296**, 567–576 (2022).
3. Kauhanen, L. *et al.* A systematic review of the mental health changes of children and young people before and during the COVID-19 pandemic. *Eur. Child Adolesc. Psychiatry* 1–19 (2022) doi:10.1007/s00787-022-02060-0.
4. Ng, C. S. M. & Ng, S. S. L. Impact of the COVID-19 pandemic on children’s mental health: A systematic review. *Front. Psychiatry* **13**, 975936 (2022).
5. Hossain, M. M. *et al.* Global burden of mental health problems among children and adolescents during COVID-19 pandemic: An umbrella review. *Psychiatry Res.* **317**, 114814 (2022).
6. Salanti, G. *et al.* The Impact of the COVID-19 Pandemic and Associated Control Measures on the Mental Health of the General Population : A Systematic Review and Dose-Response Meta-analysis. *Ann. Intern. Med.* (2022) doi:10.7326/M22-1507.
7. Eklund, R. *et al.* Daily uplifts during the COVID-19 pandemic: what is considered helpful in everyday life? *BMC Public Health* **22**, 85 (2022).
8. Robins-Browne, K. *et al.* Interventions to support the mental health and well-being of front-line healthcare workers in hospitals during pandemics: an evidence review and synthesis. *BMJ Open* **12**, e061317 (2022).
9. Shevlin, M., Hyland, P. & Karatzias, T. The psychological consequences of the Ukraine war: What we know, and what we have to learn. *Acta Psychiatr. Scand.* **146**, 105–106 (2022).
10. Pinchuk, I. *et al.* Mental health of helpline staff in Ukraine during the 2022 Russian invasion. *Eur. Psychiatry J. Assoc. Eur. Psychiatr.* **65**, e45 (2022).
11. Cherepanov, E. Mental health providers in Ukraine need support but they are not helpless: Professional self-organization and innovative practices. *Front. Public Health* **10**, 1009431 (2022).
12. Solerdelcoll, M., Ougrin, D. & Cortese, S. Advocacy for a coordinated and safe response for the mental health and psychosocial needs of children affected by the conflict in

Ukraine. *Eur. Child Adolesc. Psychiatry* 1–3 (2022)
doi:10.1007/s00787-022-02037-z.

13. Javanbakht, A. Addressing war trauma in Ukrainian refugees before it is too late. *Eur. J. Psychotraumatology* **13**, 2104009 (2022).
14. Østergaard, S. D., Rohde, C. & Jefsen, O. H. Deterioration of patients with mental disorders in Denmark coinciding with the invasion of Ukraine. *Acta Psychiatr. Scand.* **146**, 107–109 (2022).
15. Shevlin, M. *et al.* The Ukraine crisis: Mental health resources for clinicians and researchers. *J. Trauma. Stress* **35**, 775–777 (2022).
16. Auren, T. J. B., Klæth, J. R., Jensen, A. G. & Solem, S. Intensive outpatient treatment for PTSD: an open trial combining prolonged exposure therapy, EMDR, and physical activity. *Eur. J. Psychotraumatology* **13**, 2128048 (2022).
17. Thoresen, I. H. *et al.* Intensive outpatient treatment for post-traumatic stress disorder: a thematic analysis of patient experience. *Eur. J. Psychotraumatology* **13**, 2043639 (2022).
18. Hensler, I., Sveen, J., Cernvall, M. & Arnberg, F. K. Efficacy, Benefits, and Harms of a Self-management App in a Swedish Trauma-Exposed Community Sample (PTSD Coach): Randomized Controlled Trial. *J. Med. Internet Res.* **24**, e31419 (2022).
19. Crandon, T. J., Scott, J. G., Charlson, F. J. & Thomas, H. J. A social–ecological perspective on climate anxiety in children and adolescents. *Nat. Clim. Change* **12**, 123–131 (2022).
20. Cianconi, P., Betrò, S. & Janiri, L. The Impact of Climate Change on Mental Health: A Systematic Descriptive Review. *Front. Psychiatry* **11**, 74 (2020).

