



UPPSALA
UNIVERSITET

Omvärldsanalys psykotraumatologi 2021

Kunskapscentrum i psykotraumatologi

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

Författarna svarar för innehåll och slutsatser.

Uppsala, 31 oktober 2021

Inledning

Detta är den första omvärldsanalysen sedan Socialstyrelsen år 2021 upphandlat Kunskapscentrum inom psykotraumatologi. Analysen bygger i huvudsak på centrumets samtida forskningsöversikt och omvärldsbevakningar under det senaste året, men också på andra relevanta aktiviteter i närtid.

Kunskapsområdets utveckling

Coronapandemin

Coronapandemin har mattats av, under sommaren och hösten 2021 har smittspridningen i Sverige minskat samtidigt som vaccinerings täckningen ökat. Samtidigt pågår ett stort arbete med att sammanställa och analysera data som samlats in såväl i Sverige som internationellt om de psykiska konsekvenserna av pandemin. Kunskapscentret är delaktiga i ett europeiskt initiativ där forskare från flera länder samarbetar. I Sverige har vi samlat in svar från drygt 2000 individer vid fyra tillfällen under ett års tid och arbetar med att sammanställa de svenska resultaten och bidra till europeiska jämförelser.

Andra pågående projekt relaterade till pandemin riktar in sig på särskilda grupper som unga, äldre, vård- och omsorgspersonal och personer som vårdats för COVID-19. De flesta forskningsprojekt försöker öka vår kunskap om vilka som upplever negativa psykiska konsekvenser, på vilket sätt, och vad som kan förklara individuella skillnader. Det gäller vanligtvis konsekvenser i form av psykisk ohälsa, men också andra utfall som moralisk stress eller motståndskraft studeras. Många studier har rört pandemins tidiga skede och det är ännu oklart hur pandemin effekter ser ut 2021. Exempelvis saknas longitudinella studier som kan jämföra uttryck för psykisk ohälsa mellan det tidiga och senare skedet av pandemin.

Det finns en risk att viljan att stödja forskningsprojekt inom pandemin avtar i takt med pandemins avmattning. Från kunskapscentrets perspektiv är det dock viktigt att ta tillvara på insamlat material och genom forskning bidra till att vi ska ha bättre kunskap inför framtida, liknande kriser.

Digitala insatser

Under en lång tid har Sverige varit mycket framträdande internationellt när det gäller forskning om digitalt förmedlade psykologiska insatser för psykiatriska tillstånd. Det gäller interventioner som huvudsakligen

genomförs självständigt under ett antal veckor. Individen tar del av material och övningar på egen hand via en app eller webbsida, och arbetar själv igenom stoffet, som vanligtvis är omarbetat från evidensbaserade psykologiska behandlingar och anpassat för denna typ av förmedlingsätt. Det finns vanligtvis, men inte i alla program, stöd av en behandlare via textmeddelandefunktioner eller via telefon.

Denna typ av insatser är attraktiva eftersom de skulle kunna öka tillgången till psykologisk behandling. Behandlarnas insatser är korta och en behandlare skulle potentiellt kunna hjälpa ett stort antal individer, vilket skulle kunna ge stora vinster vid större kriser och katastrofer.

Inom psykotraumatologi har dessa typer av insatser prövats med begränsad framgång för posttraumatiskt stressyndrom, men hittills har utbudet varit mycket skrant vad gäller evidensbaserade digitala insatser att erbjuda i ett tidigt skede. I centrumets forskningsöversikt för 2021 nämns två projekt som visar på framsteg. Det gäller en intervention som ges via internet över några veckor, *Condensed Internet-Delivered Prolonged Exposure* (CIPE) som i en studie reducerade posttraumatisk stress redan under de första månaderna efter en traumatisk händelse. Det andra projektet gäller en smartphone-app som i en studie visade på viss reduktion av posttraumatisk stress och depressiva symtom hos individer som inom två år varit med om en traumatisk händelse. Utöver dessa projekt pågår också vid kunskapscentrumet forskning om smartphone-baserad hjälp till efterlevande efter tidiga förluster av närstående. Vi ser nu möjlighet att ta kunskapen längre genom bekräftande studier.

Stressrelaterad psykisk ohälsa

I WHO:s elfte revision av sitt sjukdomsklassifikationsystem, ICD-11, infördes reviderade diagnoser och nya diagnoser tillkom inom kapitlet stressrelaterade psykiska störningar. Hur dessa diagnoser definieras och beskrivs påverkar hur vården kan arbeta med personer med stressrelaterad psykisk ohälsa. I och med förändringarna i diagnoserna initierades forskning världen över, och kunskapscentret har bidragit till ny kunskap inom detta område. Inför att ICD-11 ska införas i Sverige, vilket kan komma att bli 2024, ser vi att det finns behov av ytterligare kunskap.

Dels saknas fortfarande kunskap om egenskaperna hos dessa förändrade och nyttillkomna diagnoser; exempelvis om de är adekvat avgränsade eller om de kan bidra till prediktion av funktionsnedsättning. Dels noterar vi ett behov av utbildning till vårdpersonal: Kunskapscentrumet har under de senaste åren utvecklat bedömningsverktyg för några av dessa diagnoser och vi ser en ökad efterfrågan av mera kunskap från vårdpersonal om hur dessa tillstånd nu ska identifieras.

Utveckling och viktiga områden

Forsknings- och utvecklingsprojekt

Coronapandemin

Vi ser att det på kort sikt är aktuellt med fortsatt forskning relaterad till pandemin. Framförallt longitudinella studier är värdefulla för att förstå hur uttryck för psykisk ohälsa förändras över tid. Dessa studier kan också bidra till att öka kunskapen om de nya störningar som tas upp i ICD-11, då uttryck för dessa störningar fångas upp i exempelvis de studier som kunskapscentrumet medverkar i. Forskningen bör dels förstå skillnader på gruppnivå i populationen, men också i den mån det är möjligt, bättre förstå belastningen inom grupper som befintlig forskning indikerar har drabbats särskilt hårt.

Digitala insatser

Det finns nu goda möjligheter att på medellång sikt etablera robust forskning inom tidiga insatser via digitala verktyg genom att bygga vidare på den forskning som bedrivits, och bedrivs, i Sverige. Insatserna är av olika art och kan bidra till ett avsevärt ökat utbud för vården med tidiga insatser av olika karaktär och omfång som eventuellt kan ge möjlighet till mera diversifierade insatser beroende på drabbades besvärsggrad eller andra förhållanden.

Nästa steg i kunskapsutvecklingen inbegriper jämförande prövningar av de insatser som prövats för sig. Insatserna medger prövningar med nationell rekrytering vilket ger underlag för studier av den storleksordningen som krävs för att ge säkra svar på effektivitet i en kontext där självläkningen hos personer som inte får insatser kan vara hög. Denna typ av studier vore mycket värdefulla för svensk hälso- och sjukvård, men är omfattande och tidskrävande, och är därför en möjlig utveckling på medellång sikt.

Utbildningar

I samband med att införandet av ICD-11 närmar sig ser vi ett behov på kort sikt av utbildning av vårdpersonal inom identifiering, bedömning och kännedom om nya och förändrade diagnoser inom området. För vissa ändamål kan detta tillgodoses via kortare webbutbildningar som självservice. Exempelvis erbjuder kunskapscentret en webbutbildning i ett diagnosverktyg för posttraumatiskt stressyndrom. Utbildningen kan genomföras helt självständigt, eller i samband med ett utbildningstillfälle, beroende på kunskapsnivå hos personalen.

Webbutbildningar tar mycket resurser i anspråk initialt men ger återbärning på sikt. Vi har goda erfarenheter av denna form av kunskapsförmedling och tror att den kan bidra till att höja kunskapen inom vården.

