



UPPSALA
UNIVERSITET

Omvärldsbevakning psykotraumatologi:
18 september 2021 – 17 januari 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, 1 februari 2022

Om rapporten

Kunskapscentrum i psykotraumatologi ska regelbundet rapportera till Socialstyrelsen om aktualiteter inom kunskapsområdet. Rapporteringen sker bland annat i form av omvärldsbevakningar tre gånger per år.

Målgruppen för denna omvärldsbevakning 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 omvärldsbevakningen är att förse målgruppen med regelbunden uppdatering gällande aktualiteter som berör svensk katastrofmedicinsk beredskap inom kunskapsområdet. Baserat på bevakning av och deltagande i aktiviteter och informationskällor inom kunskapsområdet ska kunskapscentrumet i omvärldsbevakningen identifiera och i korthet beskriva aktuella frågeställningar, diskussioner, projektresultat, aktiviteter och liknande som berör den svenska hälso- och sjukvårdens katastrofmedicinska beredskap.

Med samma underlag ska kunskapscentrumet även identifiera och i korthet beskriva inträffade särskilda händelser inom och utanför Sverige, där kunskap om orsak, händelseförlopp, hantering eller erhållna erfarenheter bidrar till att utveckla och stärka den svenska hälso- och sjukvårdens katastrofmedicinska beredskap.

Innehåll

Inledning	5
Särskilda händelser	5
Coronapandemin	5
Våldsdåd och olyckor	6
Konferenser och möten	7
International Society for Traumatic Stress Studies	7
POSOM 2020 & 2022	7
Rapporter	8
Aktuellt i korthet	8

Inledning

Detta är en omvärldsbevakning från Kunskapscentrum inom psykotraumatologi på uppdrag av Socialstyrelsen. Omvärldsbevakningen omfattar primärt perioden 18 september 2021 till 17 januari 2022, men kan vid behov beröra händelser kort före och efter denna period. Inom ramen för bevakningen, har denna rapport en ambition att övergripande sammanfatta relevanta händelser utifrån ett psykotraumatologiskt perspektiv, samt peka på publikationer av relevans för fältet som har publicerats i närtid. För att underlätta för läsaren anges hänvisningar i löpande text till publicerade verk med en siffra medan en referenslista i slutet av dokumentet innehåller fullständiga källhänvisningar.

Särskilda händelser

Coronapandemin präglar fortfarande händelser under bevakningsperioden, samtidigt som det fortsatt är viktigt att bevaka andra händelser som har inträffat i Sverige och som understryker vikten av att krisberedskapen inte fokuserar på pandemiska åtgärder på bekostnad av planering och kunskapsutveckling om andra hot.

Coronapandemin

Under vintern har pandemin i Sverige skjutit fart och samhället har än en gång fått hantera ökad smittspridning och sjukvårdsbelastning. Som nämnts tidigare har den befarade sekundära epidemien av psykisk ohälsa i den svenska befolkningen inte materialiserats ännu, samtidigt som vissa grupper inom befolkningen har drabbats svårare än andra. Detta inkluderar vård- och omsorgspersonal, särskilt de som arbetat direkt med Covid-patienter, som har varit särskilt utsatta för hög psykisk belastning under lång tid.

Det fortsätter att publiceras forskning om risk- och skyddsfaktorer, som i ett övergripande perspektiv ser ut att bekräfta de tendenser som noterats hittills. En jämförelse över flera europeiska länder pekar på likheter i vad som påverkar psykisk ohälsa.¹ Studien pekar på att rädsla för viruset, begränsningar i social kontakt och aktiviteter, problem på arbetet och med bostadssituationen som en

följd av pandemin har påverkat människors psykiska hälsa negativt såväl i Sverige som i flera andra europeiska länder. Samma likheter sågs vad gäller skyddsfaktorer, exempelvis hög inkomst och mera fysisk kontakt med vänner och närstående. Tillsammans visar studien att i länder med såväl lätta som mycket hårda restriktioner har pandemins psykologiska påverkan varit olika över socio-ekonomiska grupper. Störst påverkan har setts i grupper som saknat ekonomiska och materiella resurser, haft en bostadssituation som inneburit extra stress samt haft arbeten utan flexibilitet och därmed inte kunnat anpassas till pandemin.

De socio-ekonomiska faktorerna som påverkar psykisk hälsa är dock inte de enda som noterats, utan det är fortsatt betydelsefullt att följa individuell exponering för svår sjukdom, närståendes dödsfall och tidigare psykisk ohälsa.²

Pandemins utveckling har inneburit utmaningar för människors psykologiska motståndskraft i den mening att åter skärpta rekommendationer efter en period av lättnader kan väcka känslor av hopplöshet och försvåra följsamhet till rekommendationer. De sekundära effekterna av restriktioner har diskuterats i våra nordiska grannländer i samband med deras beslut att avveckla restriktioner. Exempelvis har pandemitrötthet och negativa följder av detta diskuterats i Danmark. Det finns preliminära fynd som tyder på att människors pandemitrötthet inneburit en erosion av tilliten till samhällsfunktioner, medan tilliten till medmänniskor inte påverkats i någon större utsträckning.³ Ur ett psykologiskt perspektiv är tillit mellan människor och till samhällsfunktioner en viktig förutsättning för krishantering. Denna dimension kan därför bli viktig att bevaka framöver, särskilt om samhället behöver återinföra skärpta rekommendationer.

En studie som uppmärksammades i media nyligen handlar om vad svenskar gjort under pandemin för att må bättre.⁴ Studien visade att sociala kontakter varit viktigast i vardagen, och att många har anpassat sina sociala kontakter för att kunna fortsätta umgås utan att bryta mot rekommendationerna. Studien ger också en bild av att många individer varit aktiva och engagerade i hur de själva ska hantera situationen snarare än varit passiva mottagare.

Våldsdåd och olyckor

Under rubriken våldsdåd sammanfattas skottlossning, sprängattentat, knivattacker och andra liknande händelser. Under bevakningsperioden har det inträffat flera händelser som aktiverat kommunala POSOM-grupper, som ett våldsdåd i Lycksele i

oktober 2021 och ett knivdåd på en gymnasieskola i Kristianstad i januari 2022.

Ytterligare händelser under perioden som aktiverat kommunala krisstödsgrupper:

- Bilolycka, tre omkomna, oktober 2021, Borås
- Olycksfall i simhall, oktober 2021, Luleå
- Olycksfall Uppsala Konsert och Kongress, två omkomna, november 2021, Uppsala
- Brand i flerfamiljshus, en omkommen, november 2021, Ånge
- Brand i villa, fyra omkomna, december 2021, Sandviken
- Explosion i flerfamiljshus, januari 2022, Luleå

Händelserna är inte en heltäckande beskrivning men illustrerar vikten av alerta psykosociala krisstödsorganisationer som kan ge snabbt stöd till drabbade.

Konferenser och möten

International Society for Traumatic Stress Studies

International Society for Traumatic Stress Studies, ISTSS, genomförde en virtuell konferens i november 2021 på temat "Trauma in Context: Moving Beyond the Individual." Presentationerna handlade om individuella och sociala faktorer på flera nivåer; familjer, samhälle, institutioner och globala kontexter, med ett särskilt fokus på samhällsförtryck. Konferensen 2021 genomfördes virtuellt på ett nordamerikanskt tidsschema vilket gjorde det mycket utmanande för deltagare från andra världsdelar att ta del av mycket från konferensen. 2022 års konferens har temat "Trauma as a Transdiagnostic Risk Factor Across the Lifespan" och planeras till 9-12 november på plats i Atlanta, USA.

Webbadress till ISTSS: www.istss.org

POSOM 2020 & 2022

Efter att ha skjutits upp i 1,5 år på grund av pandemin genomfördes Mötesplats POSOM 2020, en konferens om krishantering, i Karlstad november 2021.

Förmiddagen den 17 mars genomförs POSOM 2022 som ett webinarium med inriktning och fokus på kommunens POSOM-verksamhet och kommunalt krisstödsarbete.

Rapporter

Rykten under pandemin

Tre forskningsrapporter från Mittuniversitetet, finansierade av MSB, avhandlar ryktesspridning under pandemin. Rapporterna är intressanta ur ett psykotraumatologiskt perspektiv då informationsbegäret vanligtvis är mycket stort under kriser och katastrofer, och kan ha konsekvenser för dess påverkan på rädsla och tillit.

Smittspridning och ryktesspridning,⁵ beskriver myndigheters och mediers hantering av rykten under pandemin. Studien sammanfattar utmaningar i att bemöta rykten och diskuterar beredskapen för att klara sådana uppgifter bättre.

Den andra rapporten, *Kriskommunikativa dilemman*,⁶ beskriver mera generellt svenska myndigheters arbete för att hantera rykten och redovisar strategier och rekommendationer baserade på myndigheterna arbete.

Slutligen diskuterar *Viral Beliefs*⁷ drivkrafter bakom ryktesspridning och den roll som rykten har i människors vardagliga liv i tider av osäkerhet och ovisshet.

Aktuellt i korthet

Självhjälpsapp för posttraumatisk stress

Ett forskningsprojekt vid Kunskapscentrum i psykotraumatologi har visat att en mobilapp för posttraumatisk stress, PTSD Coach Sverige, kan vara hjälpsam för personer med posttraumatisk stress. Förhoppningsvis kan appen vara ett komplement till sedvanliga krisstödsinsatser. Appen har via Uppsala universitet tillgängliggjorts för nedladdning i Apple App Store och Google Play Store, och den vetenskapliga publikationen som rapporterar om studien är accepterad för publikation i Journal of Medical Internet Research och beräknas utkomma inom kort.⁸

Ny professor vid Mittuniversitetet

Professor Monique Pfaltz, nu vid Mittuniversitetet, kommer från Schweiz och har lång erfarenhet av internationell forskning inom psykotraumatologi. Hon bidrar med stor kompetens till psykotraumatologi som kunskapsområde i Sverige.

Referenser

- ¹ Lotzin, A., Krause, L., Acquarini, E., Ajdukovic, D., Ardino, V., Arnberg, F., Böttche, M., Bragesjö, M., Dragan, M., Figueiredo-Braga, M., Gelezelyte, O., Grajewski, P., Anastassiou-Hadjicharalambous, X., Javakhishvili, J. D., Kazlauskas, E., Lenferink, L., Lioupi, C., Lueger-Schuster, B., Tsiskarishvili, L., Mooren, T., ... Adjust Study Consortium (2021). Risk and protective factors, stressors, and symptoms of adjustment disorder during the COVID-19 pandemic - First results of the ESTSS COVID-19 pan-European ADJUST study. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1), 1964197. <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1964197>
- ² Dragioti, E., Li, H., Tsitsas, G., Lee, K. H., Choi, J., Kim, J., Choi, Y. J., Tsamakis, K., Estradé, A., Agorastos, A., Vancampfort, D., Tsiptsios, D., Thompson, T., Mosina, A., Vakadaris, G., Fusar-Poli, P., Carvalho, A. F., Correll, C. U., Han, Y. J., Park, S., ... Solmi, M. (2021). A large-scale meta-analytic atlas of mental health problems prevalence during the COVID-19 early pandemic. *Journal of Medical Virology*. <https://doi.org/10.1002/jmv.27549>
- ³ Bor, A., Jørgensen, F. J., & Petersen, M. (2021, December 17). The COVID-19 Pandemic Eroded System Support But Not Social Solidarity. <https://doi.org/10.31234/osf.io/qjmct>
- ⁴ Eklund, R., Bondjers, K., Hensler, I., Bragesjö, M., Johannesson, K. B., Arnberg, F. K., & Sveen, J. (2022). Daily uplifts during the COVID-19 pandemic: what is considered helpful in everyday life? *BMC Public Health*, 22(1), 85. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-12506-4>
- ⁵ Marie Grusell, Lena Jendel & Lars Nord (2022) *Smittspridning och ryktesspridning - En studie av myndigheter, regioner och medier under Coronapandemin*. Mittuniversitetet, DEMICOM rapport nr 46
- ⁶ Kristina Jämtelid (2022) *Kriskommunikativa dilemman - Myndigheters hantering av rykten och osäker information*. Mittuniversitetet, DEMICOM rapport nr 47

⁷ Gary Alan Fine (2022) *Viral beliefs - Covid claims in a world of rumor*. Mittuniversitetet, DEMICOM rapport nr 48.

⁸ Ida Hensler, Josefin Sveen, Martin Cernvall & Filip Arnberg (in press) Efficacy, Benefits and Harms of a Self-Management App (PTSD Coach) in a Swedish, Trauma-Exposed Community Sample: Randomized Controlled Trial. *Journal of Medical Internet Research*. <https://doi.org/10.2196/31419>

