

Nyhetsbrev Juli-September 2022

Bästa Omtanke2020-deltagare,

Välkommen till det sjunde nyhetsbrevet och den tredje kvartalsupplagan! I detta nyhetsbrev hittar du det första avsnittet av en miniintervjuserie med forskare som jobbar med Omtanke2020, samt goda nyheter om ett forskningsprojekt. Du kan också ta del av våra undersökningar om psykiska ohälsa bland vårdpersonal. Vi hoppas att det blir intressant!

Uppdatering om Omtanke2020 projektet

Vi förbereder frågor och inbjudningar till den andra årliga uppföljningen som vi planerar att sätta igång i början av december, 2022.

Miniintervju

Undrar du hur ditt deltagande kan påverka forskning? Eller är du intresserad av att lära känna människorna som manövrerar de stora mängder data som produceras genom Omtanke2020 projektet? För att få svar på några vanliga frågor som du kanske undrar om, har vi genomfört miniintervjuer med några av forskarna.

I detta nyhetsbrev kan du läsa svaren från Emma Frans, senior forskningsspecialist.

Vilken roll spelar du i Omtanke2020-projektet?

I början var mitt huvudfokus att rekrytera deltagare via sociala medier. Efter att rekryteringen av nya deltagare avslutats har jag mest fokuserat på kommunikation kring projektet.

Vilket är det långsiktiga målet du hoppas att Omtanke2020 ska hjälpa till med?

Jag hoppas att Omtanke2020 kommer att resultera i en djupare förståelse angående kopplingen mellan covid-19 och psykisk ohälsa, och därmed ge en mer heltäckande bild av pandemins påverkan på global hälsa i allmänhet. På lång sikt kan dessa resultat fungera som vägledning vid framtida hälsokriser.

Vad tycker du är det mest speciella med Omtanke2020?

Metoden som används i Omtanke2020 för att samla in longitudinella data har stor potential och ger nya möjligheter att studera psykisk ohälsa över tid. Dessutom ger vårt samarbete med internationella forskningsgrupper en unik möjlighet att jämföra hur den psykiska hälsan påverkades i länder med varierande förekomst av Covid-19 och olika strategier för att hantera pandemin.

Hur fattades beslut kring frågorna i Omtanke2020 frågeformulär? Hur var processen?

Våra frågor om psykisk ohälsa och sömnkvalitet kommer från internationellt väletablerade och validerade frågeformulär. Dessutom har vi lagt till frågor om vaccinstatus och COVID-19 infektion för att undersöka hur dessa faktorer påverkar psykisk hälsa.

Vad är det mest utmanande med Omtanke2020 projektet enligt dig?

Den största utmaningen med projektet, som jag ser det, är att hantera urvalsbias. I min tidigare forskning har jag ofta tagit med hela populationen eller ett slumpmässigt urval. Rekrytering via självval, som används i Omtanke2020, skiljer sig mycket från detta. Genom att följa individer över tid kan vi ändå minska risken för att urvalsbias påverkar våra resultat.

Psykisk ohälsa bland vårdpersonal

Omtanke2020-studien har 24 220 deltagare som svarade på det första frågeformuläret i juni, 2020. Bland dessa arbetade drygt 13 procent inom sjukvården, av vilka cirka 40 % jobbade med covid-19-patienter.

Baserat på deras svar fick vi veta att en ganska stor del av sjukvårdspersonal visar symtom på depression, särskilt de som arbetat med covid-19-patienter. Procentsatsen på depressiva symtom i denna grupp är 23,56, medan den är gradvis mindre bland vårdpersonal inom andra specialiteter (19,56 %) och lägst bland deltagare som inte jobbar i vården (18,83 %). Dessutom kan samma tendens observeras när det gäller rapportering om Covid-19-status: en fjärdedel av dem som arbetade med Covid-19 hade smittats. När det gäller andra deltagare inom sjukvården är denna siffra 10%, samt 7% bland deltagarna i andra yrken. Ett



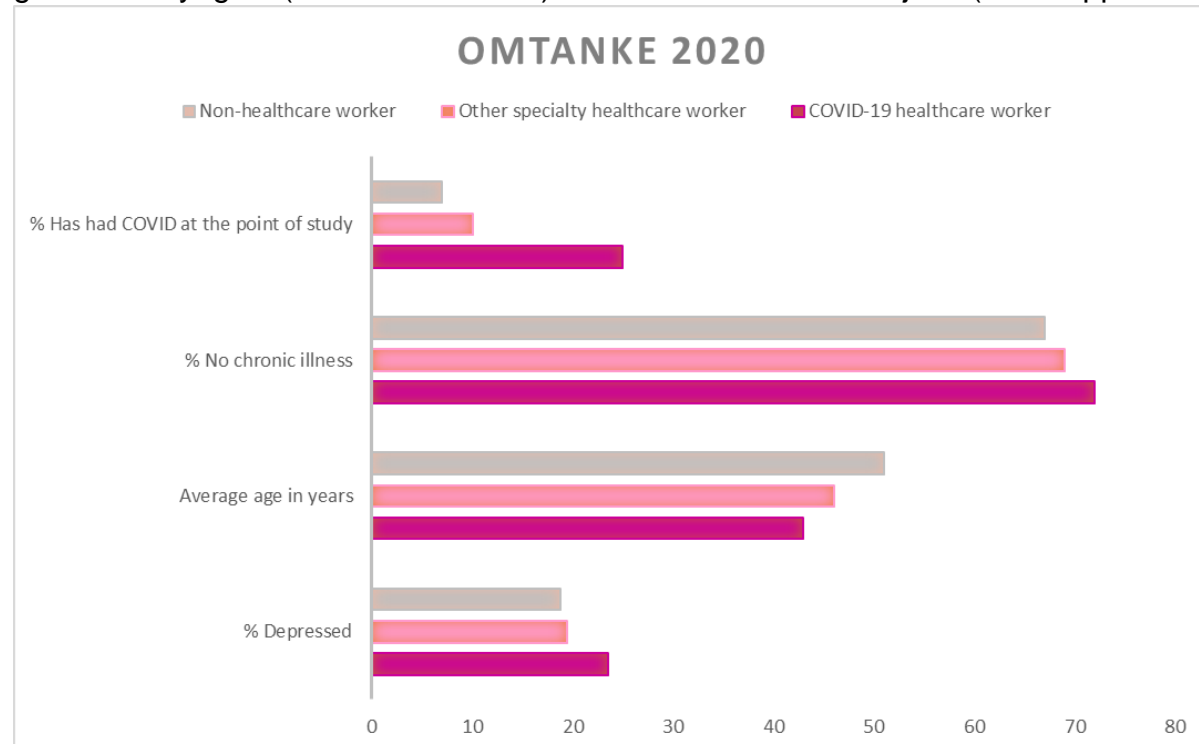
Omtanke2020:

Studie om psykisk hälsa under
covid-19 pandemin



**Karolinska
Institutet**

ytterligare intressant tillägg till dessa siffror är att från dessa tre yrkesgrupper var vårdpersonal som arbetat med Covid-19 den i genomsnitt yngsta (medelålderna: 43) och den minst kroniskt sjuka (72% rapporterade ingen kronisk sjukdom) när studien började.



Dessa upptäckter kan belysa hur utmanande Covid-19-pandemin har varit för sjukvårdspersonal i Sverige. Den omfattande närvaron av depression bland dem som ofta antas vara den mest uthålliga - baserat på deras ålder och hälsostatus – illustrerar behovet av lämpligt stöd. Det finns dock fortfarande ganska mycket som vi inte vet. Till exempel, män är underrepresenterade bland deltagarna i studien: i den icke-covid-19-vårdspersonalen, identifierar bara 9% av deltagarna som män. Förhoppningsvis kommer Omtanke2020 framkalla ytterligare forskning för att bättre förstå dessa processer.

Vår forskningsassistent vann priset för den bästa studentaffischen

Vid den 31:e Internationella Biometriska Konferensen vann vår forskningsassistent, Juan González-Hijón priset för den bästa studentaffisch. Konferensaffischer är stora plakater (A0) som presenteras som bilder på en utställning. De ger en sammanfattning av pågående eller publicerad forskning. Juan presenterade sin forskning om sömn och psykisk hälsa, som du kunde läsa om i nyhetsbrevet i januari-mars 2022. Nedan hittar du en kort sammanfattning om forskningsrapporten och bredvid ser du en bild av Juan och den vinnande affischen.

Mer om det vinnande projektet: sömn och psykisk hälsa under pandemin

En av de studier vi har genomfört utifrån Omtanke2020-projektets undersökningar har varit utvärderingen av hur sömn och psykisk hälsa förändrades under pandemin, för vilken vi använde undersökningarna från projektets start till augusti 2021. I detta projekt hittade vi en stark samband mellan bättre sömn och psykisk hälsa. Vi såg att dessa faktorer var sämre i norra Sverige än andra delar av landet, och de blev även sämre under de månader då det införts fler restriktioner på grund av Covid-19-pandemin. I denna studie använde vi bland annat ett verktyg som heter *nätversanalys* och som kan hjälpa oss utvärdera samspelet mellan de olika faktorerna. Vi har redan berättat om nätversanalys i nyhetsbrevet januari-mars 2022. Uppsatsen med titeln "Unravelling the link between sleep and mental health during the COVID-19 pandemic" (Utredning av samspelet mellan sömn och psykisk hälsa under Covid-19-pandemin) och vinnaren av den bästa studentaffischen vid International Biometric Conference i Riga 2022 är resultatet av detta projekt.

En annan pågående studie som Juan med kollegor genomför just nu försöker utreda hur vi påverkas när vår partner blir smittad med viruset och vilka konsekvenser det kan ge. Du kommer att få fler nyheter om denna studie i framtiden. Vi vill passa på att tacka deltagarna som - under så svåra omständigheter som att lida av en sjukdom eller ha förlorat sina nära och kära – har tillbringat månad efter månad med att fylla ut våra frågeformulär. Att förstå hur livsstil, psykisk och fysisk hälsa i allmänhet har förändrats i samband med något så komplicerat som en global pandemi hjälper oss att förbereda för möjliga liknande händelser i framtiden.

Nästa nyhetsbrev

I kommande nyhetsbrev kommer vi att fortsätta att dela information och resultat om våra pågående projekt. Vi kommer även att berätta mer om nästa årliga uppföljningsfas.



Omtanke2020:

Studie om psykisk hälsa under covid-19 pandemin



Karolinska Institutet