

# Nyhetsbrev Oktober-December 2022

*Bästa Omtanke2020-deltagare,*

*Välkommen till det åttonde nyhetsbrevet och den fjärde kvartalsupplagan! I detta nyhetsbrev fortsätter vi miniintervjuserien, den här gången är det Fang Fangs tur. Vi berättar även om några pågående forskningsprojekt och andra goda nyheter. Nu kör vi!*

## Den andra årliga uppföljningen är live

Spännande nyheter: den andra årliga uppföljningen är nu öppen! Du hittar frågeformuläret via den här länken: <https://omtanke2020.se>. Som du kommer att se så finns det några nya frågor i enkäten, bland annat baserat på hur pandemin och världsläget har förändrats sedan sist och även på kommentarer från er studiedeltagare. Vårt mål är även att harmonisera Omtanke2020 med andra parallella studier i olika länder. Omtanke2020 har aktiva systerstudier i 5 andra länder: Island, Norge, Skottland, Estland och Danmark. Det samarbetsprojektet heter COVIDMENT och du kan hitta mer information på <https://covidment.is/>

## Miniintervju

Vi fortsätter vår serie med miniintervjuer, och denna gång kan du läsa några frågor och svar från en av studiens huvudansvariga forskare professor Fang Fang.

*Vilka har varit dina huvuduppgifter i Omtanke2020?*

Jag är ansvarig forskare för Omtanke2020 tillsammans med professor Patrick Sullivan och min huvuduppgift är att leda projektet som helhet. Rollen innebär olika delar: etik, studiedesign, datainsamling, dataanalys, resultatspridning och finansiering.

*Vad är du mest entusiastisk över gällande det här projektet?*

Med tanke på den enorma påverkan som covid-19-pandemin har haft på samhället är jag tacksam över att vi har haft chansen att ställa många forskningsfrågor kring psykisk ohälsa under denna avgörande tid. De här frågorna är viktiga för många av oss - oavsett om man själv haft covid-19 eller inte, både under pandemin och för de kommande åren. Jag är också glad över entusiasmen hos deltagarna i Omtanke2020 som generöst delat med sig av sina tankar under de senaste två åren!

*Vad har varit den största utmaningen du ställdes inför kopplad till projektet?*

Tidsspeken har varit utmanande. Pandemin, och samhället i stort, har förändrats drastiskt i Sverige och andra länder sedan pandemin började. Vår forskargrupp har därför gjort vårt bästa för att kontinuerligt anpassa studien för att på bästa sätt återspegla dessa förändringar.

*Vad tror du är framtiden för Omtanke2020?*

Framtiden är ljus! Vi har nu samarbeten med många forskargrupper i och utanför Norden för att förstå de effekter covid-19-pandemin haft för den psykiska hälsan på global nivå. Jag är mycket glad över att vi (deltagarna och forskarna kopplade till Omtanke2020) är en del av detta. Det kommer säkerligen bidra till en bättre beredskap i våra samhällen när vi står inför framtida utmaningar som liknar den nuvarande pandemin.



## Omtanke2020:

Studie om psykisk hälsa under  
covid-19 pandemin



**Karolinska  
Institutet**

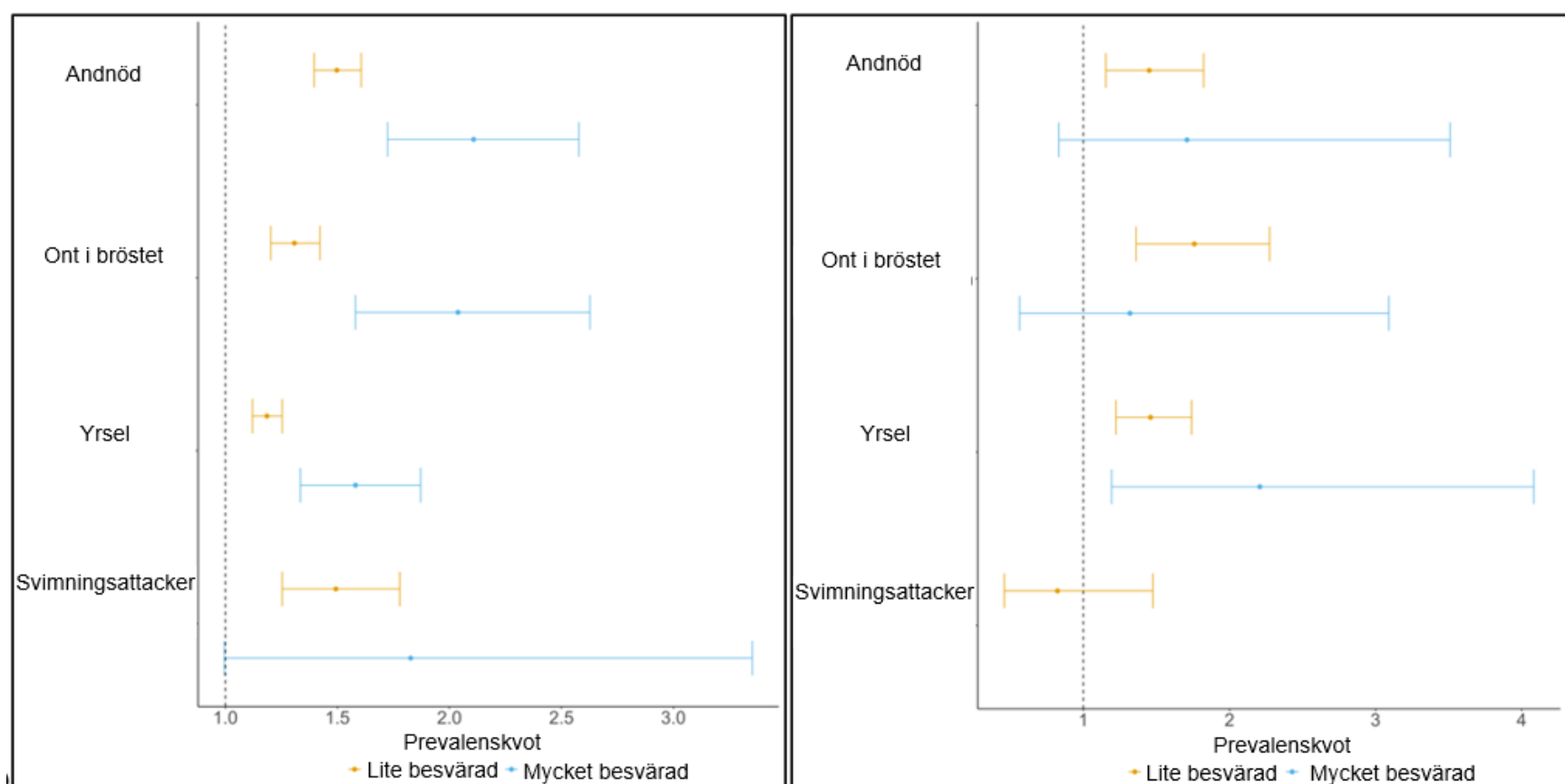
## Projekt om fysiska symtom

I en internationell studie om fysiska symtom efter covid-19-infektion har data från Omtanke2020 kombinerats med data från andra länder. Deltagare som svarade på frågor om sina fysiska symtom mellan juli 2021 och februari 2022 ingick i denna studie.

Syftet med studien var att utvärdera om personer som hade diagnostiserats med covid-19 hade en ökad förekomst, med andra ord prevalens, av fysiska symtom jämfört med de som inte diagnostiserats med covid-19. För detta användes prevalenskvot, som uppskattar skillnaden i risk för fysiska symtom mellan de som hade covid-19 och de som inte hade det. Vi ville också undersöka vilka symtom som verkade vara mest förknippade med covid-19-diagnos.

Resultaten kan ni se i figur A, där vi observerade att personer med diagnosen covid-19 hade en ökad förekomst av andnöd, bröstsmärtor, yrsel och svimningsattacker jämfört med de som inte hade haft covid-19. En prevalenskvot på 1 betyder ingen skillnad i fysiska symtom mellan gruppen som hade covid-19 och de som inte hade det.

Därefter undersökte vi om den ökade prevalensen av dessa symtom kan förklaras av covid-19. Vi bedömde förändringen i prevalens av fysiska symtom bland en specifik grupp av Omtanke2020-deltagare (n=398) som rapporterade sina fysiska symtom både före och efter covid-19-diagnosen (Figur B). Här jämförs prevalenskvoten inom samma deltagare, där vi jämför med symtom före och efter covid-19-diagnosen. Vi observerade ett liknande mönster som i figur A, med en ökad förekomst av andnöd, ont i bröstet och yrsel efter covid-19-diagnosen, även om vi inte såg någon förändring i svimningsattacker efter covid-19.



Figur A (vänster), figur B (höger)

Studier som dessa hjälper oss att förstå konsekvenserna för den fysiska hälsan av covid-19-diagnos hos den vuxna befolkningen i Sverige.

## Projekt om social isolering hos äldre personer (i åldern 60+)

Examensprojektet som vi rapporterade om i vårens nyhetsbrev (sjätte nyhetsbrevet) om social isolering av äldre personer har nu blivit större. Projektet omfattar nu även data från våra isländska medarbetare. För närvarande jämför vi mönstren mellan länderna när det gäller antal och typ av sociala kontakter och eventuell effekt på psykisk ohälsa. Våra preliminära resultat tyder på att även om andelen äldre med hög psykisk belastning skiljer sig mellan Island och Sverige, är trenderna liknande: mindre kontakt är förknippad med sämre psykisk hälsa (depression, ångest och stress kopplad till covid-19 är vanligare än i andra grupper), medan mer kontakt är förknippad med bättre psykisk hälsa (depression, ångest och covid-19-relaterad stress är mindre vanligt). Detta gäller både för personlig kontakt och virtuell kontakt (via telefon eller sociala medier). På figuren ser du prevalensen (procent eller andel individer)

# Omtanke2020:

## Studie om psykisk hälsa under covid-19 pandemin



**Karolinska  
Institutet**

med höga (kliniskt relevanta) symtom. Slutsatsen av detta resultat är att det är mycket viktigt att ha regelbunden kontakt även när social isolering rekommenderas.

Grupp	Depression	Preval. (95% CI)	Ängest	Preval. (95% CI)	Stress kopplad till covid-19	Preval. (95% CI)
<b>Island (C-19 resilience)</b>						
Låg personlig, låg virtuell		0.31 (0.22 till 0.43)		0.19 (0.12 till 0.32)		0.24 (0.18 till 0.32)
Hög personlig, låg virtuell		0.21 (0.16 till 0.28)		0.13 (0.08 till 0.20)		0.22 (0.17 till 0.29)
Låg personlig, hög virtuell		0.19 (0.12 till 0.29)		0.11 (0.06 till 0.20)		0.14 (0.09 till 0.21)
Hög personlig, hög virtuell		0.13 (0.09 till 0.18)		0.07 (0.05 till 0.12)		0.14 (0.11 till 0.18)
<b>Sweden (Omtanke2020)</b>						
Låg personlig, låg virtuell		0.28 (0.22 till 0.37)		0.15 (0.10 till 0.22)		0.22 (0.12 till 0.39)
Hög personlig, låg virtuell		0.21 (0.12 till 0.37)		0.12 (0.06 till 0.24)		0.17 (0.10 till 0.28)
Låg personlig, hög virtuell		0.18 (0.14 till 0.23)		0.10 (0.07 till 0.14)		0.22 (0.13 till 0.36)
Hög personlig, hög virtuell		0.16 (0.12 till 0.21)		0.08 (0.05 till 0.11)		0.16 (0.09 till 0.29)
Socialisering saknar		0.21 (0.17 till 0.27)		0.11 (0.08 till 0.15)		0.26 (0.18 till 0.39)
<b>Overall</b>						
Låg personlig, låg virtuell		0.29 (0.23 till 0.35)		0.16 (0.11 till 0.21)		0.23 (0.17 till 0.30)
Hög personlig, låg virtuell		0.21 (0.15 till 0.27)		0.12 (0.07 till 0.17)		0.20 (0.15 till 0.25)
Låg personlig, hög virtuell		0.18 (0.14 till 0.22)		0.10 (0.07 till 0.13)		0.16 (0.09 till 0.23)
Hög personlig, hög virtuell		0.14 (0.11 till 0.17)		0.08 (0.05 till 0.10)		0.14 (0.11 till 0.18)

## Fler goda nyheter

Den första forskningsartikeln baserat på data från Omtanke2020 är publicerad. Titeln är "Indikatorer för psykisk ohälsa i Sverige under en 12-månadersperiod under covid-19-pandemin – baslinjedata i Omtanke2020-studien". Detta är en artikel som har publicerats i den vetenskapliga tidskriften *Journal of Affective Disorders* och beskriver hur den psykisk ohälsan såg ut under de första 12 månaderna av studien (9 juni 2020–8 juni 2021) när våra deltagare gick med i studien. Vi beskrev Omtanke2020-studien och hur psykisk ohälsa skilde sig åt mellan deltagargrupper (såsom bland män, personer över 50, etc) och om andra variabler (som utbildningsstatus, bostadsregion, etc) är kopplad till psykiskt hälsotillstånd. Vi beräknade också hur många individer som hade betydande depressiva, ångest- och stresssymptom per region och per kalendermånad. Du kan läsa en kort svensk sammanfattning om publikationen här: <https://ki.se/meb/publikationer-omtanke2020>. Hela artikeln (på engelska) kommer att publiceras i tryck i februari 2023 men kan läsas online här: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.11.004>.

Vi har fler goda nyheter att dela med er. Omtanke2020-studien har också nyligen tilldelats ytterligare finansiering för det fortsatta arbetet med detta projekt, både från FORTE (Forskningsrådet för hälsa, arbetsliv och välfärd), som beviljade finansiering för tre år till Fang Fang och från Nordforsk, till vårt internationella samarbete COVIDMENT under ledning av professor Unnur Valdimarsdóttir.

Dessutom har vår Twitter (<https://twitter.com/omtanke2020>) nu 100 följare. Både engelska och svenska nyheter publiceras regelbundet där.

## Nästa nyhetsbrev

I nästa nyhetsbrev fortsätter vi med miniintervjuerna och rapporterar om spännande pågående projekt. Vi ses i mars! Utöver det hittar du nyheter på hemsidan och Twitter.

# Omtanke2020:

## Studie om psykisk hälsa under covid-19 pandemin



**Karolinska  
Institutet**