

Nyhetsbrev oktober 2024 - februari 2025

Bästa deltagare i Omtanke2020.

Gott nytt år! Vi hoppas att ni alla har haft en avslappnande vinterledighet! I detta nyhetsbrev berättar vi om pågående registerbaserade projekt som utförs av Omtanke2020-laget.



Vår senaste årliga enkät

Vår fjärde och sista årliga enkät lanserades i december 2024. Hittills har ungefär 13 000 deltagare slutfört enkäten, och den stänger den 25 mars. Glöm inte att delta. Tack igen till alla er som har tagit er tid att stödja denna viktiga forskning!

Projekt om sorg

Omtanke-teamet arbetar med att, med hjälp av olika datakällor, studera pandemins påverkan på mental hälsa. Nu kan vi dela viktiga resultat från ett av våra senaste projekt med er!

Det är en svår upplevelse att förlora en älskad person genom död, och det kan ha en stor påverkan på en individs psykiska hälsa. Pandemin har lett till många förluster, samtidigt som vissa av de åtgärder som vidtogs under pandemin - som restriktioner för samlingar vid begravningar och minnesstunder - kan ha gjort det svårare för människor att hantera sin förlust. För att bättre förstå dessa effekter har vi, med hjälp av nationella registerdata, studerat om påverkan på den psykiska hälsan vid förlust av en älskad person skiljde sig åt under pandemin jämfört med före pandemin.

Vår studie inkluderade över 3 miljoner individer och samlade data om dessa individer under två studieperioder: två år före pandemin (2018-2019) och två år under pandemin (2020-2021). Vi fann att sorg var associerad med en ökad risk för psykisk sjukdom diagnostiserad på sjukhus, inklusive depression, ångest och missbruksstörningar, både under de två åren före och de två åren under pandemin. Personer som förlorat en älskad genom död upplevde en ungefär 50% högre risk för psykisk sjukdom jämfört med personer utan sådan erfarenhet, i båda studieperioderna. Vi fann också att risken var som högst omedelbart efter den älskades död, jämfört med senare, och att den var högre bland äldre personer jämfört med yngre personer. När vi undersökte dödsorsak för de två åren under pandemin fann vi att förlusten av en älskad genom covid-19 inte ledde till en större riskökning för psykisk sjukdom, jämfört med förlust genom andra orsaker. Det är något överraskande för oss att se att påverkan av sorg på den psykiska hälsan inte skiljde sig åt före och under covid-19-pandemin. Men eftersom Sverige var ett av de länder med mindre strikta åtgärder under pandemin, behövs mer forskning för att förstå om dessa resultat gäller även i länder med en annan pandemibörda eller andra åtgärder.

Nästa nyhetsbrev

I nästa nyhetsbrev kommer vi att fortsätta presentera de senaste resultaten från teamet. Vi hoppas att ni har haft en härlig vinter och är redo för en vacker vår! Fram till dess kan ni hitta nyheter om Omtanke2020 på vår hemsida (<https://ki.se/meb/omtanke2020-studie-om-psykisk-halsa-under-covid-19-pandemin>) och Twitter (@omtanke2020). Ta hand om er!

Omtanke2020:

Studie om psykisk hälsa under covid-19 pandemin



**Karolinska
Institutet**