

Nyhetsbrev mars – oktober 2025

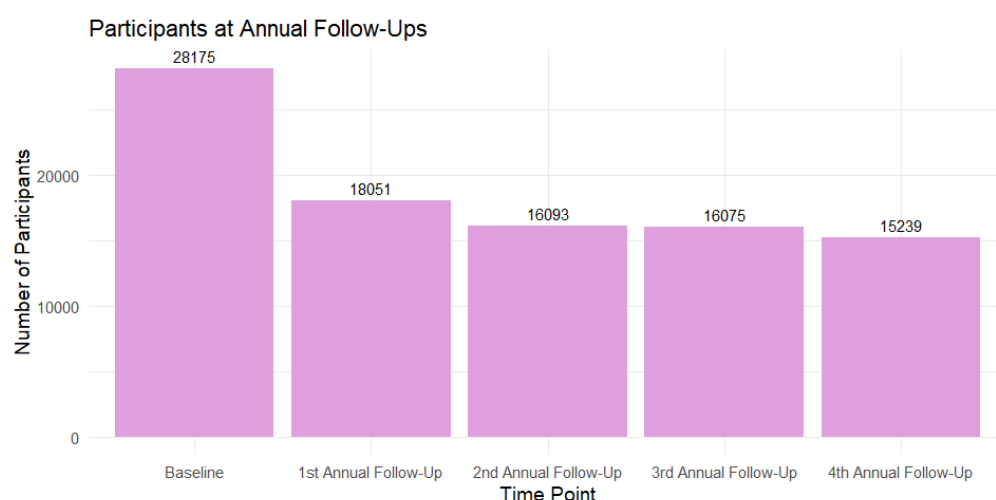
Kära Omtanke2020-deltagare,

Vi hoppas att du hade en härlig sommar och att du har haft en fin start på hösten. I det här nyhetsbrevet vill vi dela några spännande uppdateringar från Omtanke2020-projektet, inklusive vårt årsmöte och en miniintervju. Nu kör vi!

Ett stort tack till våra deltagare

Vi är oerhört tacksamma till alla som har deltagit i vårt Omtanke2020-projekt. I den senaste uppföljningen besvarade 15 260 deltagare enkäten – däribland 12 611 kvinnor och 2 649 män, i åldrarna 23-99 år.

Av de totalt 28 175 personer som gick med i studien under år 2020 och 2021 ("baseline" i figuren till höger), deltog ungefär 54% i denna 5-årsuppföljning. Stort tack för att ni har fortsatt att delta i vår studie under fem år. Ert deltagande är oerhört värdefullt och vi är verkligen tacksamma!



COVIDMENT-årsmöte 2025

Det fjärde årliga COVIDMENT-mötet ägde rum i juni i Köpenhamn. COVIDMENT är ett internationellt konsortium som undersöker de psykiska hälsokonsekvenserna av covid-19-pandemin, och forskargruppen bakom Omtanke2020 är en del av detta samarbete. Årets möte gav återigen ett utmärkt tillfälle för forskare att träffas personligen och dela nya forskningsresultat från både nationella och internationella projekt om covid-19 och psykisk hälsa.

En viktig del av diskussionerna handlade om olika nordiska studier, där man lyfte fram värdet av att kombinera data mellan länder samt den spännande potentialen för framtida internationella analyser för att hantera långsiktiga psykiska hälsoutmaningar efter pandemin.

Miniintervju

Vi fortsätter vår serie med miniintervjuer genom att ställa några frågor till vår nya forskningsassistent Rachel Ramsey, om hennes arbete med Omtanke2020-projektet.

Vad är din roll i Omtanke2020-teamet?

Jag började arbeta som forskningsassistent i Omtanke2020-teamet sommaren 2025. Mitt arbete med Omtanke2020-projektet fokuserar främst på att identifiera långtids-covid, som internationellt även kallas *post-COVID condition* (PCC). Jag arbetar med att skapa ett bedömningsinstrument som gör det möjligt att bättre diagnostisera PCC, med hjälp av data från Omtanke2020-projektet samt från nationella register. Även om pandemin är över är det många som fortfarande påverkas av följderna efter covid-19. Att identifiera personer med långvariga symtom efter infektionen, både psykiska och fysiska, är mycket viktigt för oss - och det är därför vi fortsätter vårt arbete.



Omtanke2020:

Studie om psykisk hälsa under covid-19 pandemin



Karolinska Institutet

Varför är du intresserad av Omtanke2020?

Omtanke2020-projektet är speciellt eftersom det ingår i det större COVIDMENT- samarbetet. Att arbeta med en så stor internationell grupp gör att vi kan bedriva bättre forskning. Covid-19 är fortfarande en relativt ny sjukdom och vi har mycket kvar att lära oss. Att arbeta med en stor internationell grupp gör att vi kan bedriva bättre forskning. Covid-19 är fortfarande en relativt ny sjukdom och vi har mycket kvar att lära oss. Genom samarbete med andra bygger vi en starkare grund för forskningen. Dessutom har ett stort antal personer deltagit och bidragit till Omtanke2020, vilket gör att Omtanke2020-studien utmärker sig i jämförelse med andra studier. Vi är djupt tacksamma till alla som bidrar till Omtanke2020.

Vilken har varit den största utmaningen du har stött på i arbetet med Omtanke2020?

Attityder till covid-19 har förändrats sedan pandemins slut. Även om livet har återgått till det normala för vissa av oss, finns det många andra som fortfarande känner av långvariga effekter av pandemin (t.ex. långtidscovid/PCC). Den nuvarande bristen på kunskap om PCC i samhället är fortfarande en utmaning. Därför är det mycket viktigt att fortsätta diskussionen om PCC och sprida kunskap under de kommande åren.

Hur tror du framtiden ser ut för Omtanke2020?

Vi kommer att fortsätta analysera data för att hjälpa vården att förstå hur covid-19 har påverkat både mental och fysisk hälsa, flera år efter utbrottet. Arbetet med Omtanke2020 är viktigt, och jag tror att vi i framtiden kommer att kunna se hur betydelsefull Omtanke2020 har varit för att förbättra vår kunskap om covid-19 och förbereda oss bättre för framtida pandemier av liknande slag.

Nästa nyhetsbrev

I nästa nyhetsbrev kommer vi att fortsätta dela de senaste resultaten och uppdateringarna från Omtanke2020-teamet. Vi hoppas att du får en fortsatt fin färgstark höst! 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**