

Psykisk ohälsa

Psykisk ohälsa omfattar både psykisk sjukdom och psykiska besvär som leder till nedsatt välbefinnande och som påverkar det dagliga livet. Diagnoser som omfattas är exempelvis depression, ångestsyndrom och schizofreni.

Medicinsk Forskning -
en investering som alla vinner på

Vilka berörs?

- Nästan 1 miljon svenskar i arbetsför ålder har någon form av psykisk ohälsa och upp till 1 av 2 kommer någon gång i livet att drabbas. [1]
- Själv mord är den vanligaste dödsorsaken bland unga mellan 15–44 år. Över 1 000 personer tar varje år sitt liv i Sverige, vilket är fyra gånger fler än som dör i trafiken. En mycket stark riskfaktor för självmord är depression. [2]
- Antalet sjukskrivningar på grund av psykisk ohälsa ökade med 67 procent mellan 2010 och 2015. Risken att drabbas av psykisk ohälsa är högre för kvinnor än för män. [3]
- Nästan 1 av 3 unga mellan 16–24 år har besvär av ångslan, oro eller ångest. [4]

Forskning räddar liv

- Antalet självmord i samhället har minskat sedan slutet av 80-talet. En möjlig bidragande orsak till detta är en ökad användning av antidepressiva läkemedel samt förebyggande insatser. [9]
- Forskning visar att faktorer i arbetsmiljön såsom stress och små möjligheter att påverka sin situation, i kombination med höga krav, har ett samband med depression och utmattningssyndrom. Denna kunskap kan användas för att förbättra människors arbetssituation och minska risken för att drabbas. [10]
- Preventiva åtgärder för att minska alkoholkonsumtion eller sluta röka kan ha mycket positiva effekter för den mentala hälsan. Det minskar bland annat risken för depression, självskadebeteende, ångest och stress [11, 12].

Forskning sparar pengar

- Forskning har visat att kognitiv beteendeterapi (KBT) kan vara en effektiv behandling vid depression. En behandling med KBT beräknas betala sig själv drygt 6 gånger om i minskade sjukskrivningar. [13]
- ADHD är kraftigt överrepresenterat bland intagna i kriminalvården. Genom identifiering och behandling av 30 individer med ADHD beräknas samhällsvinster om 15 miljoner kronor per år kunna göras enbart inom denna pilotstudie. Detta i form av minskad kriminalitet, missbruk och utanförskap. [14]

Forska!Sverige är en oberoende stiftelse som verkar för att förbättra villkoren för medicinsk forskning och dess tillämpning.
www.forskasverige.se

Faktabladsserien stöds av:



Vad kostar det?

- Kostnaderna för psykisk ohälsa i Sverige uppskattas till 70 miljarder kronor per år. [5]
- Psykisk ohälsa är den vanligaste orsaken till sjukskrivning i Sverige och utgör 40 % av de totala sjukskrivningskostnaderna. [3, 6]
- De totala årliga samhällskostnaderna för enbart depressionsjukdomar i Sverige fördubblades mellan 1997 och 2005 från 16 miljarder till 33 miljarder kronor. [7]
- Utöver de stora samhällskostnaderna till följd av psykisk ohälsa så drabbas individen mycket hårt, ofta med nedsatt livskvalitet, isolering, diskriminering och stigmatisering. [8]

Annika, 52 år

När Annika vid 26 års ålder insjuknade i sin första psykos var det en mycket skräckfylld upplevelse. Hon drabbades av hörselhallucinationer och upplevde att hon kämpade mot mörka krafter - en kamp på liv och död. Annika drog sig undan omgivningen och isolerade sig i sin lägenhet, där hon till slut helt gick in i sin egen värld.

När Annika till slut kom till sjukhus behandlades hon med anti-psykotika, som till viss del hjälpte henne tillbaka till verkligheten. Medicinerna gav dock mycket svåra biverkningar med skakningar, stelhet och en påträngande rastlöshet i kroppen. Medicinerna gjorde henne även mycket trött på dagarna. På nätterna drabbades hon istället av en svår oro som höll henne vaken. De kommande åren skulle hon drabbas av ytterligare flera svåra psykos.

Vändningen kom i mitten på 90-talet när Annika fick börja med en ny typ av medicin - andra generationens antipsykotika. Hon började känna sig bättre i kroppen och kunde slappna av på ett helt annat sätt än tidigare.

I samband med detta fick hon även chansen att medverka i ett nytt evidensbaserat behandlingsprogram - integrerad psykiatri. En viktig komponent i behandlingen är att den drabbade själv får vara delaktig i och styra över sin behandling. Både medicinen och detta nya behandlingssätt har betytt oerhört mycket för Annika, som nu har varit psykosfri sedan år 2000.

Genom forskning har nya mediciner med betydligt lindrigare biverkningar än första generationens antipsykotika utvecklats. De är dock långt ifrån tillräckliga. Biverkningar som till exempel viktuppgång är fortfarande vanliga och en fortsatt satsning på sökandet efter effektivare behandling är viktig.



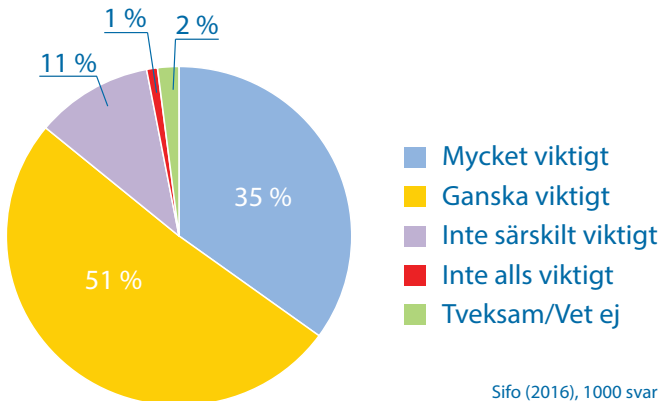


Jag önskar jag hade satsat mer på medicinsk forskning när jag var statsminister

– Ingvar Carlsson, tidigare statsminister & en av Forska!Sveriges grundare



9 av 10 svenskar tycker det är viktigt att Sverige är världsledande inom medicinsk forskning



- [1] OECD (2013) Mental health and work: Sweden
- [2] Socialstyrelsen Dödsorsaker (2016)
- [3] Försäkringskassan (2016) Psykisk ohälsa Korta analyser 2016:2
- [4] Statistiska centralbyrån (2016) Undersökningarna av levnadsförhållanden (ULF/SILC)
- [5] Gustavsson et al., European Neuropsychopharmacology 2011;21(10)
- [6] Försäkringskassan (2011) Vad kostar olika sjukdomar i sjukförsäkringen?
- [7] Sobocki et al., European Psychiatry 2007;22(3)
- [8] Försäkringskassan (2014) Sjukfrånvaro i psykiska diagnoser
- [9] Tandvårds- och läkemedelsförmånsverket (2008) Genomgången av läkemedel mot depression

Hopp för framtiden

- Forskning har visat att kognitiv beteendeterapi kan vara ett bra komplement till medicinering för vuxna med ADHD. Det ger hopp för många patienter som inte blir hjälpta av läkemedelsbehandling. [15]
- Svensk forskning har visat att psykosociala stödformer som innefattar stöd till familjen, anhöriga och nätverk vid behandling av schizofreni, har god effekt för funktionsförmåga och socialt liv. Forskning pågår för att utveckla behandlings- och rehabiliteringsformer. [16]
- Genom att kombinera data från kvalitetsregister med genetiska analyser i den enskilt största studien i sitt slag hittills i världen, hoppas svenska forskare kunna identifiera gener och miljöfaktorer som ökar risken att insjukna i bipolär sjukdom och därmed kunna utveckla nya behandlingar. [17]

- [10] SBU (2014) Arbetsmiljöns betydelse för symptom på depression och utmattningssyndrom
- [11] Taylor et al., BMJ 2014;348:g1151
- [12] Statens folkhälsoinstitut (2008) Psykisk ohälsa och alkoholkonsumtion – hur hänger det ihop?
- [13] Sveriges psykologförbund (2012) Depression - En rapport om mänskliga och ekonomiska vinster
- [14] Kriminalvården (2010) Bättre sent än aldrig - Utvärdering av ADHD-projektet på Norrtäljeanstalten
- [15] SBU (2013) ADHD - diagnostik och behandling, vårdens organisation och patientens delaktighet
- [16] Malm et al., Psychiatr serv 2014;65(8)
- [17] Forskningsprojektet STANLEY

”Med nya metoder och ny kunskap kommer vi kunna hitta mitt i prick”

”Psykisk ohälsa har alltid varit ett folkhälsoproblem, men det har blivit allt tydligare i vår tid. Majoriteten av sjukskrivningarna idag handlar om psykisk ohälsa, ett svårdefinierat begrepp som sträcker sig från svåra psykiska sjukdomar som t.ex. schizofreni, till mer eller mindre lätta psykiska besvär såsom nedstämdhet eller stress” berättar Lars Jacobsson, professor emeritus i psykiatri, Umeå universitet.

”Det som komplicerar saken ytterligare är att det inte finns något enkelt sätt, som exempelvis ett blodprov, för att ställa diagnos, utan vi är hänvisade till patientens och anhörigas upplevelser och våra egna iakttagelser som läkare” förklarar Lars.

Vi vet inte varför vissa drabbas, men det är känt att många psykiska sjukdomstillstånd har en ärftlig komponent. Exakt vilka gener som är inblandade är dock ännu oklart. Sambanden är mycket komplexa där även miljö och livssituation spelar in. ”Olika typer av visualiseringsmetoder för att titta på hjärnans funktion har varit mycket viktiga för att öka förståelsen, men det är fortfarande mycket kvar av pusslet att lägga” säger Lars.

Få av dagens behandlingsmetoder angriper själva orsaken till problemet. Istället handlar det i stor utsträckning om symptombehandling. Det som hjälper för en patient fungerar inte alltid för en annan och läkemedlen kan ha svåra biverkningar. Med hjälp av nya metoder och kunskap om exempelvis vilka gener som är involverade i sjukdomsutvecklingen, hoppas forskarna bättre

kunna hitta mitt i prick med de nya läkemedlen. ”Här tror jag att framtidens forskning kan göra verklig skillnad” säger Lars.

Lars nämner också utvecklingen av internetfördelad terapi som en viktig del av framtidens forskning. ”Med hjälp av internet kan vi nå nya patientgrupper som annars inte skulle komma i kontakt med psykiatrin och få den hjälp de behöver”.

”Psykiatriforskningen har framtiden för sig”

”Varje familj i landet drabbas förr eller senare av psykisk ohälsa

i någon form och det gör att det finns mycket stora mänskliga behov och mycket lidande. Det är tveklöst så att det finns sätt att hjälpa, men det finns också stora kunskapsluckor som vi behöver fylla” avslutar Lars.

