

# Psyisk hälsa i sydöstra sjukvårdsregionen

En kartläggning av självskattad psykisk hälsa i Jönköping, Kalmar och Östergötlands län 2015/16

**Under hösten 2015 och 2016 genomfördes en enkätundersökning i sydöstra sjukvårdsregionen (Östergötland, Jönköping och Kalmar län) med syfte att kartlägga självrapporterad psykisk hälsa och vårdbehov för psykiska besvär.**

## Studieutformning, urval och metod

Studien är en tvärsnittsstudie baserad på ett anonymt frågeformulär om självskattad psykisk hälsa till ett slumpmässigt urval om totalt 18 912 personer under hösten 2015 och 2016. Frågeformuläret omfattar bakgrunds-frågor, olika mått på psykisk hälsa och ohälsa, frågor om vårdbehov, sjukvård och behandling samt öppna frågor om psykiska besvär, positiva aspekter i livet och förslag på hur vården av psykisk ohälsa kan förbättras. Frågorna är till stor del samma som i studien *Östgötens psykiska hälsa* från 2002 för att möjliggöra jämförelser bakåt i tiden.

Rapporten behandlar dels länsjämförelser i åldersgruppen 18-44 år (samtliga tre län), dels hur den självrapporterade psykiska hälsan psykiska hälsan har utvecklats i Östergötland för personer i åldrarna 18-84 år mellan 2002 och 2015/16. Svarsfrekvensen för länsjämförelsedelen är 31 procent och 49 procent för tidsjämförelser i Östergötland.

## Övergripande resultat

Generellt visar studien att de allra flesta har en god psykisk hälsa. Det är få skillnader i självskattad psykisk hälsa mellan länen i sydöstra sjukvårdsregionen även om några undantag finns. Sett över tid är det också relativt få skillnader i självskattad psykisk hälsa och upplevelse av vård i Östergötland mellan åren 2002 och 2015/16.

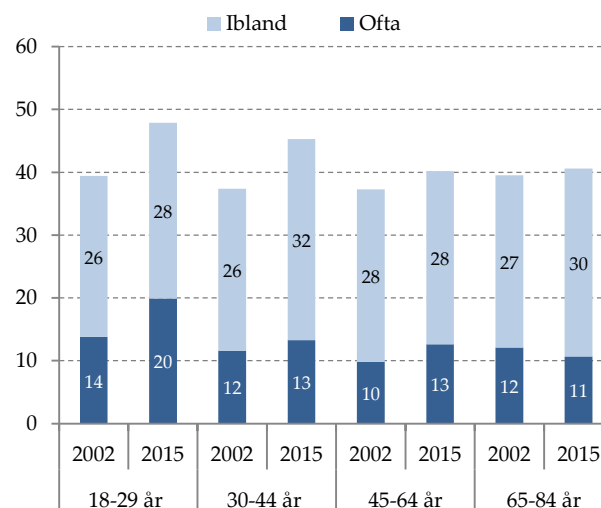
## Kvinnor har mer besvär än män – men störst ökning bland unga

Kvinnor i sydöstra sjukvårdsregionen (18-44 år) upplever en sämre psykisk hälsa än vad män gör. 41 procent av kvinnorna har psykiska besvär i lindrig eller betydande utsträckning jämfört med 28 procent av männen. De som mår allra sämst är de yngsta kvinnorna i åldern 18-24 år där mer än varannan ung

kvinnor (53 procent) har psykiska besvär i någon utsträckning. För både kvinnor och män är den psykiska ohälsan större bland utrikes födda jämfört med personer födda i Sverige. I Östergötlands län har andelen som har psykiska besvär i betydande utsträckning i snitt ökat med två procentenheter för både kvinnor och män. Störst har ökningen varit i åldersgruppen 18-29 år.

## Stress och sömn – ökande problem

Totalt upplever nästan var femte person i sydöstra sjukvårdsregionen att de är stressade. Andelen stressade har ökat bland både män och kvinnor i alla åldersgrupper. Bland de yngsta kvinnorna i Östergötland (18-29 år) har andelen ökat från 59 till 74 procent. Bortsett från de äldsta kvinnorna (65-84 år) har även andelen med sömnbesvär ökat i alla åldersgrupper (figur 1).



Figur 1. Andel personer i Östergötland med sömnbesvär, uppdelat på år och ålder

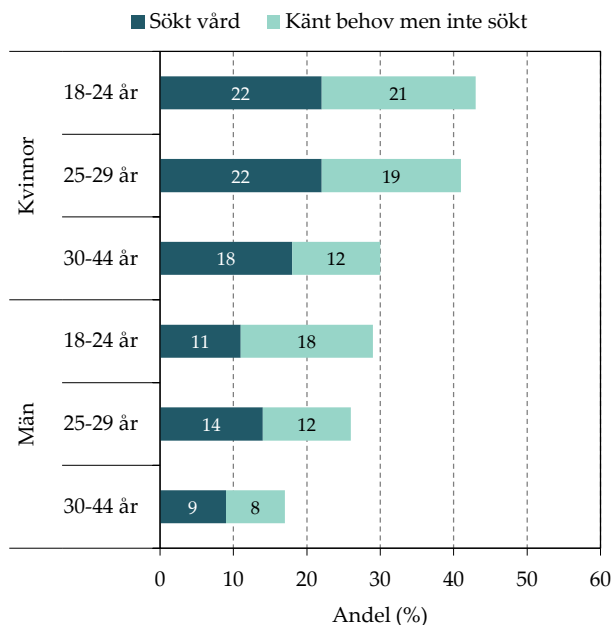
Störst är ökningen hos de yngsta männen där andelen med sömnbesvär ökat med 12 procentenheter.

## Män har en mer riskfylld alkoholkonsumtion – kvinnor är mer beroende av lugnande mediciner

Fyra procent av befolkningen i sydöstra sjukvårdsregionen har en skadlig alkoholkonsumtion. Män har en högre andel med riskkonsumtion jämfört med kvinnor. Riskkonsumtionen har ökat från 4 till 9 procent i den äldsta åldersgruppen i Östergötland, medan den har minskat eller är oförändrad för övriga ålderskategorier. Kvinnor i sydöstra sjukvårdsregionen upplever oftare än män ett beroende av lugnande mediciner. Totalt är det 8 procent av kvinnorna i åldern 18–44 år som är beroende i någon utsträckning. Andelen kvinnor som är beroende av lugnande mediciner har ökat i Östergötland i alla åldersgrupper utom den äldsta (65–84 år) där andelen minskat.

## Många som upplever ett vårdbehov söker inte vård

15 procent i sydöstra sjukvårdsregionen har det senaste året sökt vård för psykiska besvär. Nästan lika många har upplevt ett vårdbehov men avstått från att söka hjälp (figur 2). Kvinnor avstår i större utsträckning än män och det är vanligare att personer födda i annat land än Sverige avstår från att söka vård.



Figur 2. Andel personer i sydöstra sjukvårdsregionen (18-44 år) som haft ett vårdbehov för psykiska besvär senaste 12 månaderna, uppdelat på ålder och kön

Även bland dem som inte söker vård finns en hög andel med betydande besvär. Det verkar alltså inte vara besvärsgraden som avgör om människor söker vård eller inte och det dolda vårdbehovet behöver därför tas på allvar. Bland kvinnor i Östergötland har andelen som upplevt ett vårdbehov men inte sökt vård ökat i alla åldersgrupper utom den äldsta.

## Fortfarande genant att söka vård för psykiska besvär

Den vanligaste orsaken till att personer i sydöstra sjukvårdsregionen avstår från att söka vård för psykiska besvär är att man inte vill framstå som psykiskt sjuk. Andra vanliga orsaker till att inte söka vård är att man inte vet vart man ska vända sig eller att man inte har förtroende för vården. Bland utlandsfödda är det fler som anger att man inte har råd jämfört med personer födda i Sverige.

## Vårdcentralen första instans för de flesta och många är nöjda med kontakten

Mer än hälften av alla som söker vård för psykiska besvär vänder sig i första hand till vårdcentralen. Bland män är det något vanligare att först vända sig till psykiatrin. Andelen som först vänder sig till vårdcentral har ökat med 7 procentenheter i Östergötland. Bland utlandsfödda vänder sig 73 procent till vårdcentralen jämfört med 52 procent av de födda i Sverige, en differens som dessutom har ökat. Andelen unga som först vänt sig till ungdomshälsan i Östergötland har ökat från 2 procent till 9 procent. De allra flesta är nöjda med kontakten med vårdcentralen. Bland de som är missnöjda återfinns framför allt de yngsta där 39 procent uppger att de inte är nöjda.

## Små skillnader avseende behandling

Av de som söker vård för psykiska besvär i sydöstra sjukvårdsregionen är det 84 procent som får någon form av behandling. Andelen som får behandling är ungefär lika stor i alla län och i samtliga köns- och åldersgrupper. De flesta i sydöstra sjukvårdsregionen får samtalsbehandling (40 procent) eller samtalsbehandling i kombination med medicin (40 procent) medan 19 procent får enbart medicin. Det är fortfarande väldigt få som får behandling via internet. I

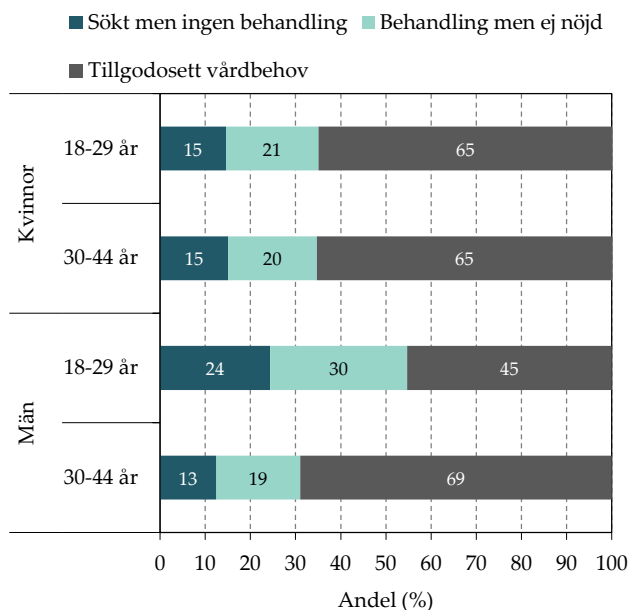
Östergötland är det numera betydligt fler i den äldsta åldersgruppen som får samtalsbehandling.

### De med egen erfarenhet har störst förtroende för vården

I sydöstra sjukvårdsregionen är det personer som har egen erfarenhet av vård för psykiska besvär som har störst förtroende för att vården ska kunna hjälpa dem om de behöver söka vård igen i framtiden. Lägst förtroende för vården finns bland de yngsta. De allra flesta i sydöstra sjukvårdsregionen vill ha samtalsbehandling om de skulle drabbas av psykiska besvär i framtiden.

### De flesta får sitt vårdbehov tillgodosett

Tillgodosett vårdbehov definieras som att man har fått en behandling som man är nöjd med när man sökt vård. 63 procent av 18–44 åringar i sydöstra sjukvårdsregionen har ett tillgodosett vårdbehov (figur 3).



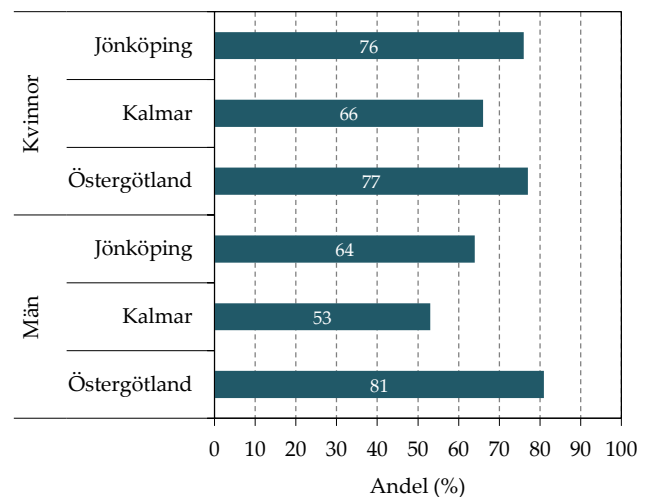
Figur 3. Vårdkedjan i sydöstra sjukvårdsregionen (18-44 år) bland de som sökt vård, uppdelat på kön och ålder

Det är nästan samma andel (62 procent) med tillgodosett vårdbehov oberoende av vilket psykiskt besvär man har sökt för, förutom personer med spelberoende, som har en lägre andel med tillgodosett vårdbehov. Bland utlandsfödda är det en lägre andel som har ett tillgodosett vårdbehov (50 procent) vilket framför allt beror på att det i den gruppen är en högre andel som inte är nöjda med den behandling de får. I Östergötland har andelen

med tillgodosett vårdbehov ökat i alla åldersgrupper utom för 45–64 åringar.

### Länsskillnader

Det är generellt få skillnader i självskattad psykisk hälsa mellan länen i sydöstra sjukvårdsregionen, men några undantag finns. I Kalmar län är det en högre andel som uppger problem med nedstämdhet eller depression i stor utsträckning bland 25–29 åriga män (9 procent) jämfört med Jönköping (3 procent) och Östergötland (4 procent). Det är vanligare att vända sig till vårdcentralen i Jönköping jämfört med i Kalmar och Östergötland. I Jönköping och Östergötland är det vanligare att få både medicin och samtal som behandling vid psykiska besvär (43–45 procent) jämfört med Kalmar (32 procent). Det är också en lägre andel i Kalmar län som är nöjda med den behandling man fått.



Figur 4. Andel personer i sydöstra sjukvårdsregionen (18-44 år) som är nöjda med sin behandling, uppdelat på kön och län

Marika Wenemark, Region Östergötland (CHV)  
 Madeleine Borgstedt-Risberg, Region Östergötland (CHV)  
 Peter Garvin, Region Östergötland (CHV)  
 Sofia Dahlin, Region Östergötland (CHV)  
 Jasmin Jusufbegovic, Region Östergötland (CHV)  
 Cecilia Gamme, Landstinget i Kalmar län (Utveckling och folkhälsa)  
 Veronica Johansson, Region Jönköpings län (Sektion folkhälsa)  
 Elise Björn, Region Jönköpings län (Sektion folkhälsa)

Mer information på: <http://vardgivarwebb.regionostergotland.se/eph>