

## Bekymring bekreftet

Per Olav Solberg  
redaksjonssjef

Nora Skjerdingsstad  
redaksjonssekretær

Noen ganger kan forskningens jobb være å få bekreftet det man allerede tror man vet. Roar Fosse og kollegaer fant at pandemien har bidratt til å forverre den psykiske helsen til mennesker som allerede strever.

Studien, som kan leses i denne utgaven av Psykologtidsskriftet, konkluderer blant annet slik: Resultatene indikerer at pandemien har bidratt til å forverre den psykiske helsen til mange med eksisterende psykiske vansker og rusproblemer. Funnene tyder på at tilgjengeligheten til behandling er redusert, noe som har gitt stressreaksjoner, angst, depresjon, ensomhet, selvmordstanker og somatiske smerter hos brukerne.

Roar Fosse er psykolog og forsker og jobber ved Klinikk for psykisk helse og rus – Vestre Viken. Han og kollegaer ville undersøke hvor store belastninger personer med eksisterende psykiske vansker gikk gjennom som følge av pandemien:

– Utgangspunktet for denne kvalitetsstudien var at det manglet kunnskap, både nasjonalt og internasjonalt, om hvilke reaksjoner brukerne av tjenestetilbud i psykisk helsevern og rusfeltet kan ha hatt på pandemien. Det har vært mye bekymring i samfunnet, men vi har manglet data. Vi ønsket å gjøre noe med denne situasjonen, sier Fosse.

## Mange belastninger

I studien ble de 2264 deltakerne som valgte å delta, spurt om både belastninger knyttet direkte til covid-19, og belastninger knyttet til selve smitteverntiltakene. Det Fosse synes er mest overraskende med funnene, er hvordan belastninger og bekymringer knyttet til helsevesenet og fravær av behandling for ens lidelse hadde en så gjennomgående sammenheng med hvordan brukerne hadde det:

– En rekke belastninger og bekymringer knyttet til behandling og helsetjenestene hang nøye sammen med brukernes psykiske og somatiske helse der og da, og denne sammenhengen gjenspeilte vi for alle de ulike utfallsmålene vi brukte, sier forskeren.

### *Jeg trodde ensomhet ville tre mer tydelig frem*

Han hadde også forventet sterkere funn knyttet til brukernes bekymring for at de selv, eller de som stod dem nære, skulle bli syke eller dø av covid-19, og at spørsmålene om smitte ville stått frem som mer sentrale.

– I tillegg trodde jeg ensomhet ville tre mer tydelig frem på grunn av sosial distansering, og at en rekke andre pandemitemaer vi spurte om, ville henge nøye sammen med ensomhet. Slik var det ikke, forklarer Fosse.

– Ifølge studien var de som svarte, langt mer bekymret for folk rundt seg enn for seg selv. Er det overraskende?

– Det har jeg ikke tenkt på, men det er et godt poeng. Jeg vet ikke i hvilken grad det er positivt eller negativt at nesten dobbelt så mange var bekymret for å miste noen de er glad i, som å selv bli alvorlig syk av viruset. Det er naturlig å bekymre seg for ens kjære, men er det likevel bekymringsfullt hvis mange kanskje ikke bryr seg om seg selv i samme grad? Jeg vet ikke. NKVTS fant for øvrig det samme forholdstallet i et utvalg i den generelle befolkningen. Kanskje handler det om at man har kontroll på seg selv, men ikke over hva andre gjør? spør Fosse.

## Unnlott å få hjelp

30 prosent av brukerne som svarte på undersøkelsen, opplevde å ha fått avbrutt behandling for psykiske helseproblemer på grunn av pandemien, mens hele 36 prosent hadde unnlatt å oppsøke helsetjenester på grunn av redsel for smitte eller for ikke å belaste helsevesenet. Det siste uroer Fosse:

– Jeg synes det er overraskende at over 1/3 av brukerne har unnlatt å oppsøke psykisk helsevern og rusbehandling. På ett vis er dette positivt med tanke på samfunnsansvaret, men det er likevel urovekkende at disse personene ikke turte å benytte seg av behandlingstilbudet og kanskje ble gående alene med de vanskene de hadde, sier han.

Kun i overkant av 15 prosent av de som fikk utdelt spørreundersøkelsen, svarte. Er det de mest ressurssterke i en fra før sårbar gruppe som velger å bruke tid på en omfattende spørreundersøkelse? Fosse er usikker på hvordan man skal tolke den lave svarprosenten.

– Vi har ikke noe spesielt godt grunnlag for å mene noe informert om verken det ene eller det andre her. Kanskje noen ønsket å delta fordi de var misfornøyde med behandlingstilbudet, og ville si fra om det, mens andre kan ha unnlatt å delta av de samme grunnene. Kanskje unnlott en overvekt av de som ikke var plaget, å delta i studien, eller kanskje deltok en overvekt av de som var plaget, nettopp for å kunne si fra om dette. Dette blir bare spekulasjoner, sier han.

## Tjenesteutvikling

Et av de viktigste formålene med studien, ifølge Fosse, var å få tydelige tilbakemeldinger fra brukerne, som kan bidra til at psykisk helsevern utvikler seg videre.

– Vi håper at publisering av resultatene fra studien i *Psykologtidsskriftet* bidrar til at nettopp spørsmålet om tjenesteutvikling tas på alvor og diskuteres blant klinikere, ledere og politikere. Utover det er jo poenget å få med seg hvilke belastninger og bekymringer knyttet til pandemien, som har sterkest sammenheng med brukernes psykiske og somatiske helse – altså hva brukerne virker å ha reagert mest gjennomgående på.

– *Hva anser du som viktige lærepunkter klinikere skal ta med seg etter å ha lest denne studien?*

– At klinikere og behandlingstilbud er spesielt viktige for mange av brukerne i en pandemisituasjon. Endringer og bekymringer knyttet til helsevesenet ser ut til å være blant det ved pandemien som preger brukerne mest med tanke på deres psykiske vansker og somatiske helse. Det er viktig å sikre kontinuitet i tilbudene og fortsette å bry seg om hvordan brukerne har det, og hva de ønsker og trenger av helsetjenesten. Økonomiske vansker som følge av pandemien bør tjenestene også være oppmerksomme på, avslutter Roar Fosse.