

Befolkningsstudie på angst og depresjon før og under pandemien

Covid overvåkning - levering 1. september 2021

Dato: 01.09.2021

Kreditering: NKVTS

Publisering nkvts.no: NEI

I dette notatet presenteres foreløpige resultater fra en studie basert på data om mental helse under pandemien fra Den norske mor-barn undersøkelsen, MoBa (upubliserte funn). Studien er et samarbeid mellom forskere fra NKVTS og Folkehelseinstituttet: Harald Bækkelund, Ragnhild Brandlistuen, Linn-Iren Schou Trogstad, Helga Ask, Kristin Brun Gustavson, Per Magnus, Håkon Gjessing & Maria Teresa Grønning Dale. Til slutt presenterer vi en kort kunnskapsstatus om longitudinelle studier av mental helse under pandemien.

Symptomer på angst og depresjon hos voksne før og under koronapandemien

Preliminære funn

Bakgrunn

Tidlig i COVID-19 pandemien antydte studier at frykt for smitte og smittevernstiltak har medført en sterk økning i psykiske helseplager som angst og depresjon i den generelle befolkningen (Vindegaard & Eriksen Benros, 2020). For eksempel anslo en norsk studie fra mars 2020 at omfanget av angst og depresjon var økt 2-3 ganger etter smitteutbruddet, sammenliknet med normdata fra før pandemien (Ebrahimi et al., 2021). Svært mange studier er imidlertid forbundet med metodologiske utfordringer som gjør det vanskelig å estimere hvordan pandemien har påvirket befolkningens psykiske helse (Pierce, McManus, et al., 2020). For det første er mange studier basert på bekvemmelighetsutvalg, for eksempel med deltakere som rekrutterer seg selv over internett. Resultatene er derfor vanskelig å generalisere til den generelle befolkningen, slik man kan med sannsynlighetsutvalg. For det andre har de færreste studier fulgt de samme personene før pandemien, slik at det ikke er mulig å si i hvilken grad de psykiske vanskene som observeres skyldes pandemiutbruddet. Så vidt vi vet er det kun en tidligere norsk studie basert på slike longitudinelle observasjoner med data fra før pandemien. Hafstad og kollegaer (2020) viste at norske ungdommer i liten grad rapporterte en økning i psykiske plager etter pandemiutbruddet, sammenliknet med året før.

Formålet med denne studien var derfor å se i hvilken grad pandemien og medfølgende smittevernstiltak har medført en endring i angst og depresjon i den generelle befolkningen. Vi ønsket også å finne ut om enkelte subgrupper var mer sårbare for psykiske plager under pandemien. Videre ville vi se hvordan psykiske plager endret seg underveis i pandemien, parallelt med svingninger i smitte- og smittevernstiltak.

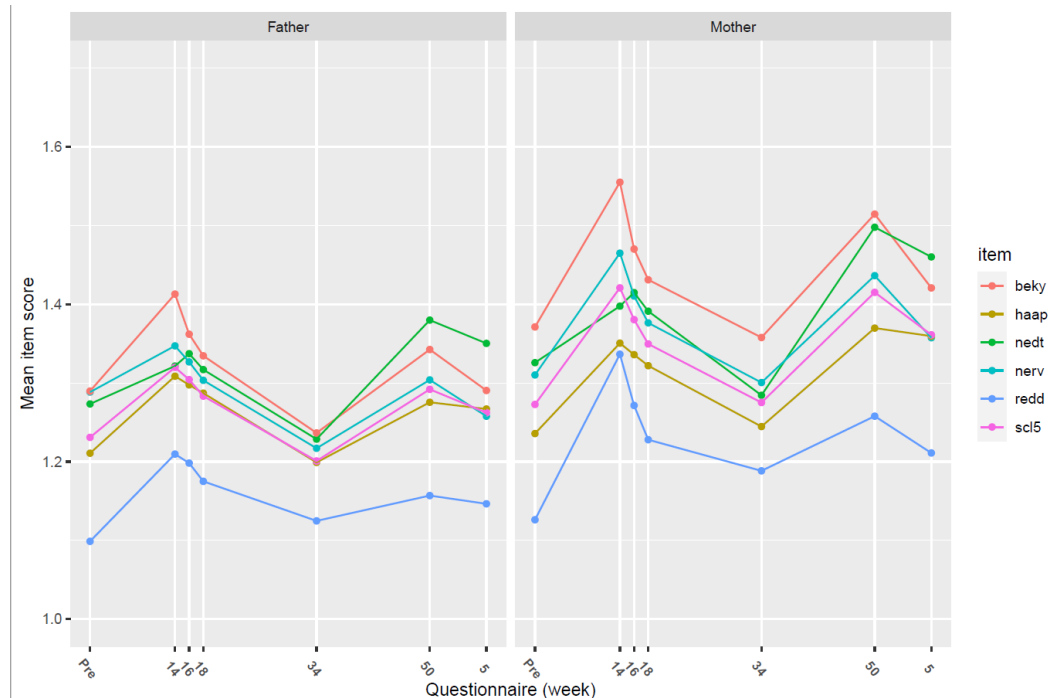
Metode

Studien er basert på den norske mor, far og barn - undersøkelsen (MoBa) som er en av verdens største longitudinelle helseundersøkelser. Over 100 000 barn og deres foreldre har blitt fulgt siden fødselen med jevnlig undersøkelser. Fra mars 2020 har de samme deltakerne blitt tilsendt spørreundersøkelser annenhver uke på SMS, med spørsmål om smitte og helse under pandemien. Denne studien baserer seg på spørsmål om angst og depresjon som ble stilt til mødre og fedre i uke 14, 16, 18, 34 og 50 i 2020, samt uke 5 i 2021. Disse måletidspunktene blir sammenliknet med respondentenes tidligere svar før pandemien og på de samme spørsmålene innhentet fra tidligere runder i MoBa-studien. Denne studien er basert på data fra omtrent 60 000 respondenter. Det validerte måleinstrumentet SCL-5 (Strand et al., 2003), som har tre spørsmål om angst og to om depresjon, ble brukt for å måle psykiske plager. Opplysninger om kjønn, alder, utdanning, yrke, sosial støtte, tidligere psykiske og fysiske helseplager og tidligere traumatiske erfaringer har blitt innhentet tidligere i MoBa, mens opplysninger om smitte, sykdom, karantene, arbeid med koronapasienter, og endring i arbeidsstatus har blitt innhentet underveis i pandemien.

Resultater

Foreløpige upubliserte analyser viser at det var en generell økning i psykiske helseplager i begynnelsen av pandemien, sammenliknet med før pandemien. Denne økningen var mer uttalt hos mødre enn hos fedre. Symptomer på angst (redsel, nervøsitet og bekymring) hadde en sterkere økning enn symptomer på depresjon (nedtrykthet og håpløshet). Hos mødre var økningen i totalskåre på SCL-5 nesten et halvt standardavvik. Dette

indikerer en relativt kraftig økning i psykiske helseplager, når man tar størrelsen på utvalget med i betraktning. Utover i pandemien gikk symptomer på psykiske helseplager nedover og var tilbake på utgangsnivået i august 2020, da smittenivået i Norge var lavt. I desember 2020, da Norge var midt i andre smittebølge, var imidlertid plagene igjen forhøyet, før de gikk noe ned i februar 2021. I denne fasen så nedtrykthet ut til å slå ut sterkere sammenliknet med de andre plagene.



Figur 1 Utvikling i SCL-5 skårer fra før og utover i COVID-19 pandemien hos fedre og mødre

Videre analyser av både risikogrupper og risikofaktorer ser ut til å vise at det generelle bildet, med psykiske plager som samvarierer med grad av smitte og smittevernstiltak, er overraskende konsistent på tvers av ulike grupper. Personer smittet av korona eller i isolasjon/karantene rapporterer om mer psykiske plager. De som har mistet jobben eller blitt permittert har også sterkere psykiske plager som reaksjon på pandemien. Andre rapporterte risikofaktorer, som lavere alder, lav utdanning, lav sosial støtte, fysisk sykdom, høy BMI, og skilsmisse/separasjon, ser ut til å være forbundet med høyere grad av psykiske plager både før og under pandemien.

Konklusjon

Både det første utbruddet med COVID-19 smitte i Norge og senere smittebølger, med medfølgende smittevernstiltak, førte til en økning i psykiske helseplager i den generelle befolkningen i Norge. Nedgangen i psykiske plager følger parallelt nedgangen i smitte, og indikerer at denne effekten ikke er vedvarende. Det er derfor ikke grunn til å tro at pandemien vil medføre en generell forhøyning av psykiske plager i befolkningen når smitten går ned og smittevernstiltak lettes. Imidlertid trenger vi oppfølgingsstudier etter pandemien.

Kort om kunnskapsstatus:

Bekymringer knyttet til hvordan mental helse påvirkes av pandemien og smittevernstiltak, har medført en strøm av forskningsprosjekter og vitenskapelige publikasjoner det siste året. Som tidligere nevnt er imidlertid svært mange studier begrenset av metodiske utfordringer som gjør estimatene usikre. Gjennom å undersøke primærstudiene i flere publiserte systematiske oversikter og metaanalyser, har vi forsøkt å identifisere publiserte studier som:

- 1) Undersøkte psykiske helseplager i den voksne generelle befolkningen
- 2) Benyttet seg av et representativt sannsynlighetsutvalg
- 3) Hadde et longitudinelt design med målinger hos samme utvalg før pandemien
- 4) Hadde et større utvalg, slik at risiko hos undergrupper er lettere å studere (N>1000)

Vi identifiserte syv slike studier. En av studiene (van der Velden et al., 2020) er basert på et sannsynlighetsutvalg fra Nederland («Longitudinal Internet studies for the Social Sciences») bestående av 5000 husholdninger (ca 7500 deltakere) som har blitt longitudinelt undersøkt siden 2007. De seks andre studiene (Chandola et al., 2021; Daly et al., 2020; Daly & Robinson, 2021; Niedzwiedz et al., 2021; Pierce et al., 2021; Pierce, Hope, et al., 2020) er alle basert på det samme utvalget fra Storbritannia ("The UK Household Longitudinal Study"). Dette sannsynlighetsutvalget inkluderer 40 000 husholdninger, der 50 000 respondenter har deltatt i studiene om psykiske helse under pandemien. Vi har ikke identifisert studier fra andre land.

Studien fra Nederland fant ikke tegn til en signifikant økning i angst og depresjon, eller nedgang i sosial støtte etter pandemiutbruddet i mars 2020, sammenliknet med før pandemien. Å være arbeidssøkende, student eller forelder med små barn var assosiert med forverring av psykiske plager etter pandemiutbruddet. Tidligere psykiske plager, minoritetsbakgrunn, arbeidsløshet og lungesykdom var risikofaktorer for psykiske plager både før og under pandemien.

Studiene fra Storbritannia viser derimot en generell forverring av mental helse i befolkningen fra før til etter pandemiutbruddet i mars 2020 (Chandola et al., 2021; Daly et al., 2020; Niedzwiedz et al., 2021; Pierce, Hope, et al., 2020). Det var en økning både i gjennomsnittsskårer på spørsmål om psykiske vansker (Pierce, Hope, et al., 2020), og i andelen av befolkningen som skåret over terskelverdi som indikerer en psykisk lidelse (Chandola et al., 2021; Daly et al., 2020). Innen september 2020 var imidlertid skårene tilbake til nivåene fra før pandemiutbruddet, parallelt med at smitten i Storbritannia hadde gått ned og smittevernstiltakene var lettet (Daly & Robinson, 2021). Ca. 4% av respondentene rapporterte en økning i psykiske vansker som vedvarte fram til september 2020, mens 7% opplevde en gradvis forverring av psykisk helse gjennom hele perioden (Pierce et al., 2021). Personer med tidligere psykiske- og/eller somatiske helseplager, etnisk minoritetsbakgrunn, eller som bodde i fattige nabolag hadde større risiko for å tilhøre en av disse to ovennevnte gruppene.

Oppsummering:

- Det er en mangel på metodisk solide longitudinelle studier om psykiske helse i befolkningen før og under pandemien.
- Foreliggende internasjonal forskning antyder en økning i psykiske plager tidlig i pandemien. Senere nedgang i smitte førte til en samtidig nedgang i psykiske plager.
- Preliminære funn fra MoBa viser liknende resultater.

Referanser

- Chandola, T., Kumari, M., Booker, C. L., & Benzeval, M. (2021). The mental health impact of COVID-19 and lockdown-related stressors among adults in the UK. *Psychological Medicine*, 1–10. <https://doi.org/10.1017/S0033291720005048>
- Daly, M., & Robinson, E. (2021). Longitudinal changes in psychological distress in the UK from 2019 to September 2020 during the COVID-19 pandemic: Evidence from a large nationally representative study. *Psychiatry Research*, 300, 113920. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.113920>
- Daly, M., Sutin, A. R., & Robinson, E. (2020). Longitudinal changes in mental health and the COVID-19 pandemic: Evidence from the UK Household Longitudinal Study. *Psychological Medicine*, 1–10. <https://doi.org/10.1017/S0033291720004432>
- Ebrahimi, O. V., Hoffart, A., & Johnson, S. U. (2021). Physical Distancing and Mental Health During the COVID-19 Pandemic: Factors Associated With Psychological Symptoms and Adherence to Pandemic Mitigation Strategies. *Clinical Psychological Science*, 9(3), 489–506. <https://doi.org/10.1177/2167702621994545>
- Hafstad, G. S., Sætren, S. S., Wentzel-Larsen, T., & Augusti, E.-M. (2020). Longitudinal Change in Adolescent Mental Health During the COVID-19 Outbreak – A Prospective Population-Based Study of Teenagers in Norway. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3727297>
- Niedzwiedz, C. L., Green, M. J., Benzeval, M., Campbell, D., Craig, P., Demou, E., Leyland, A., Pearce, A., Thomson, R., Whitley, E., & Katikireddi, S. V. (2021). Mental health and health behaviours before and during the initial phase of the COVID-19 lockdown: Longitudinal analyses of the UK Household Longitudinal Study. *J Epidemiol Community Health*, 75(3), 224–231. <https://doi.org/10.1136/jech-2020-215060>
- Pierce, M., Hope, H., Ford, T., Hatch, S., Hotopf, M., John, A., Kontopantelis, E., Webb, R., Wessely, S., McManus, S., & Abel, K. M. (2020). Mental health before and during the COVID-19 pandemic: A longitudinal probability sample survey of the UK population. *The Lancet Psychiatry*, 7(10), 883–892. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30308-4](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30308-4)
- Pierce, M., McManus, S., Hope, H., Hotopf, M., Ford, T., Hatch, S. L., John, A., Kontopantelis, E., Webb, R. T., Wessely, S., & Abel, K. M. (2021). Mental health responses to the COVID-19 pandemic: A latent class trajectory analysis using longitudinal UK data. *The Lancet Psychiatry*, 0(0). [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00151-6](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00151-6)
- Pierce, M., McManus, S., Jessop, C., John, A., Hotopf, M., Ford, T., Hatch, S., Wessely, S., & Abel, K. M. (2020). Says who? The significance of sampling in mental health surveys during COVID-19. *The Lancet Psychiatry*, 7(7), 567–568. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30237-6](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30237-6)
- Strand, B. H., Dalgard, O. S., Tambs, K., & Rognerud, M. (2003). Measuring the mental health status of the Norwegian population: A comparison of the instruments SCL-25, SCL-10, SCL-5 and MHI-5 (SF-36). *Nordic Journal of Psychiatry*, 57(2), 113–118. <https://doi.org/10.1080/08039480310000932>
- Van der Velden, P. G., Contino, C., Das, M., van Loon, P., & Bosmans, M. W. G. (2020). Anxiety and depression symptoms, and lack of emotional support among the general population before and during the COVID-19 pandemic. A prospective national study on prevalence and risk factors. *Journal of Affective Disorders*, 277, 540–548. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.026>
- Vindegaard, N., & Eriksen Benros, M. (2020). COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence. *Brain, Behavior, and Immunity*. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.048>