

40 miljoner satsas på forskning kring depression och utbrändhet

Nu startar ett unikt forskningsprogram kring utbrändhet och depression hos läkare och andra anställda inom vården. Forskarna ska kartlägga sjukdomsförloppet och ta fram ett behandlingsprogram.

Det är Karolinska institutet och institutionen för klinisk neurovetenskap, med enheterna för personskadeprevention och psykiatri, som håller i forskningsprogrammet. Det ska pågå i fem år och det är AMF försäkring, tillsammans med Landstingsförbundet, Kommunförbundet, Saco, Svenska kommunalarbetsförbundet och Offentliganställdas förhandlingsråd som tagit initiativet och betalar de totalt 40 miljoner kronor som forskningsprogrammet kostar.

– Vår utgångspunkt är AMFs försäkringsmaterial, berättar en av de ansvariga professorerna, Åke Nygren vid enheten för personskadeprevention.

Man kommer att undersöka 4 000 försäkrade, som har diagnosen depression och har varit sjukskrivna i längre än 90 dagar. Syftet är att kartlägga inom vilka yrken de människor som drabbas finns, vilka symtom de har, hur länge de är sjukskrivna och vilken hjälp de fått.

– Vi vet att sjukvårdspersonal är

dubbelt så ofta sjukskrivna för utbrändhetssymtom som anställda inom LO-kollektivet, säger Åke Nygren.

20 procent av sjukvårdspersonal som är sjukskrivna längre än tre månader har diagnosen depression och utbrändhet. För LO-gruppen är siffran 10 procent.

Även om utbrändhet numera är ett välkänt och väl studerat problem finns det inte många studier som handlar om behandling. Inom forskningsprojektet ska man utvärdera de metoder som finns och utifrån det ta fram ett behandlingsprogram.

Pilotstudie med tjänstemän

Åke Nygren och kollegan Marie Åsberg, professor vid enheten för psykiatri, har gjort en pilotstudie under 1999. Den omfattar 100 privat tjänstemän och är ett samarbete med försäkringsbolaget SPP. Man har noterat en ökning av långtidssjukskrivna tjänstemän med nära 80 procent under ett år.

– Undersökningen visar att 60 procent av dem som var sjukskrivna för depression ansåg att orsaken till sjukdomen var arbetet, konstaterar Åke Nygren.

– 20 procent av dem hade till och med självmordstankar och det visar om något hur allvarligt problem den ökade stressen i arbetslivet är, tycker han.

Omorganisation på arbetet och att man fått mer att göra på grund av uppsägningar verkar vara orsaker till att andelen sjukskrivna med depression och utbrändhet ökat.

Av pilotprojektet med de 100 tjänstemännen framgår att även om sjukskrivningsdiagnosen är depression är det en annan typ av depression än den klassiska. Det förekommer till exempel inga personlighetsstörningar. Personerna är trötta, nedstämda, har svårt att koncentrera sig och upplever att det är relaterat till en ökad press på arbetet.

– Ungefär hälften hade fått någon form av behandling under sjukskrivningstiden, oftast medicinering, berättar Gunnar Rylander, läkare och doktorand vid enheten för psykiatri på KI, som arbetat med pilotstudien, träffat och testat alla 100 tjänstemännen.

Tjänstemännen har sedan erbjudits terapeutisk behandling och de flesta har valt kognitiv terapi.

– Nu ska vi gå vidare med nya SPP-tjänstemän med samma diagnos och erbjuda gruppterapi, dels dynamisk korttidsterapi, dels kognitiv korttidsterapi, som vi sedan ska utvärdera resultaten av, berättar Gunnar Rylander.

Erfarenheterna av SPP-projekten kommer sedan att tas tillvara i det större AMF-projektet.

Nytt forskningscentrum för komplementär medicin

Landstinget i Stockholm ska ta reda på hur mycket invånarna använder alternativ och komplementär medicin. Undersökningen är ett led i utvecklingen av landstingets nya forskningscenter för komplementär medicin.

– Undersökningen blir den grund vi behöver så att forskningen sedan handlar om rätt sak, berättar Susanne Löfgren, utredningsledare på hälso- och sjukvårdsnämndens stab i Stockholms läns landsting.

Landstinget ska låta fråga 1 000 stockholmare om sina vanor när det gäller att använda alternativ och komplementär medicin. Varför går man till sådana utövare? Hur ofta? Hur mycket pengar lägger man ner på det?

– Vi vet väldigt lite om detta. Är det så att en del invånare är rädda för skolmedicinen? Är det människor som bara går till alternativmedicinare och inte alls utnyttjar den vanliga sjukvården?

– I så fall kanske landstinget borde erbjuda den sortens vård, resonerar politikerna som har gett oss detta i uppdrag, säger Susanne Löfgren.

Intresset för alternativ och komplementär medicin är inte alldeles nyvaknat i Stockholm. För några år sedan erbjöd landstinget en seminarierie kring ämnet. Då insåg man att det fanns ett behov hos primärvårdens läkare att få veta mer.

– Läkarna själva berättade att deras attityd till alternativmedicinen betydde mycket för hur patienten betedde sig. Med en avvisande hållning vågar

patienten inte ens berätta att den har kontakt med någon alternativmedicinare.

– Visar sig läkaren mer öppen och nyfiken så vågar patienten berätta, säger Susanne Löfgren.

Behovet av mer kunskap hos allmänläkarna har därför gjort att landstinget beslutat sig för att köpa tio utbildningsplatser på Karolinska institutets kurs i komplementär och alternativ medicin.

Även i Västra Götalandsregionen har politikerna börjat intressera sig för alternativ och komplementär medicin. Regionfullmäktige väntas inom kort bifalla en motion som handlar om att ge regionens sjukvårdspersonal en orientering om dessa behandlingsmetoder.

Anna Filipsson