

Danskernes risiko for at udvikle stress og depression faldt under corona-nedlukningen

Færre danskere var i risikozonen for at udvikle stress eller depression i ugerne efter nedlukningen af Danmark den 11. marts 2020 sammenlignet med ugerne før.

Antallet af danskere, der var i risikozonen for at udvikle stress og depression, faldt under første corona-nedlukning sammenlignet med tiden lige før. Det viser resultatet af et nyt studie, hvor forskere fra ROCKWOOL Fondens Forskningsenhed i samarbejde med forskere fra Stockholms Universitet og University of California Irvine har undersøgt danskernes velbefindende før, under og efter nedlukningen af Danmark ved brug af data stillet til rådighed af Region Hovedstaden Psykiatri.

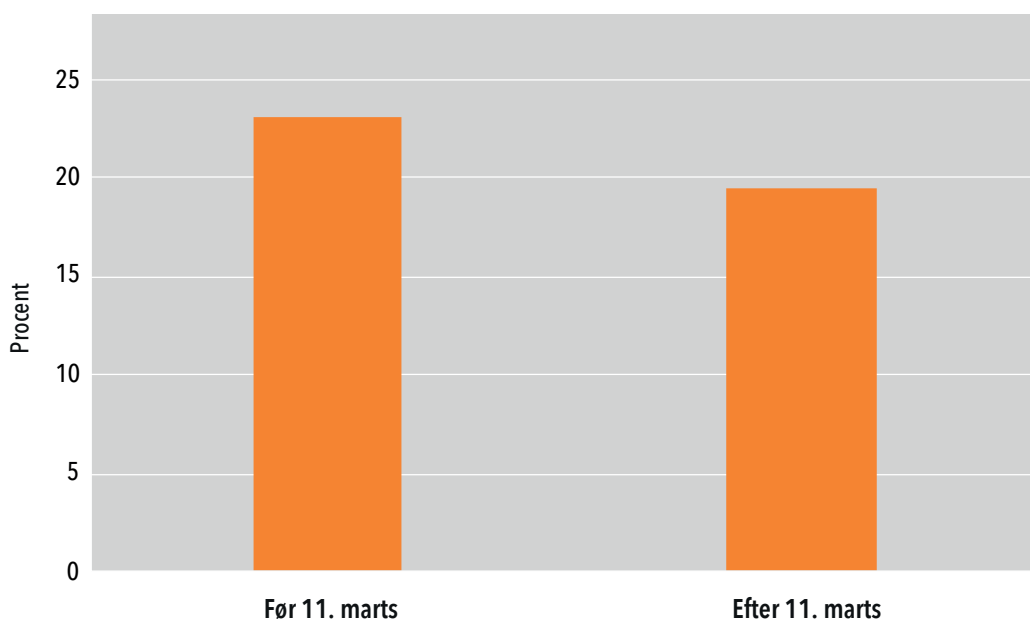
Studiet tager udgangspunkt i spørgeskemaundersøgelser fra både før og efter nedlukningen i marts og beskæf-

tiger sig således med udviklingen i den såkaldte første corona-bølge.

Undersøgelsen har brugt WHO5-trivselsindekset fra Verdenssundhedsorganisationen (WHO) til at måle danskernes velbefindende. Indekset, der måler de adspurgtes selvoplevede trivsel, er internationalt valideret og anvendes som klinisk screening for risikoen for at udvikle stress og depression.

Ud fra WHO5-indekset er det muligt at vurdere, om en person er i risikozonen for at udvikle stress og/eller depression. Sammenligner man svarene fra umiddelbart før nedlukningen med svarene umiddelbart efter, fremgår det, at procentdelen, der er i risikozonen, er faldet fra 23 procent til lige over 19 procent. Figur 1 viser resultatet.

Figur 1. Procentdel i risikozonen for at udvikle depression eller stress



Kilde: ROCKWOOL Fondens Forskningsenhed på baggrund af data fra Region Hovedstaden Psykiatri (indsamlet af Danmarks Statistik).

Danskerne blev ikke umiddelbart mere besværlige under nedlukningen

Danskerne blev ikke berørt af nedlukningen i midten af marts i et omfang, så deres liv føltes mere besværligt.

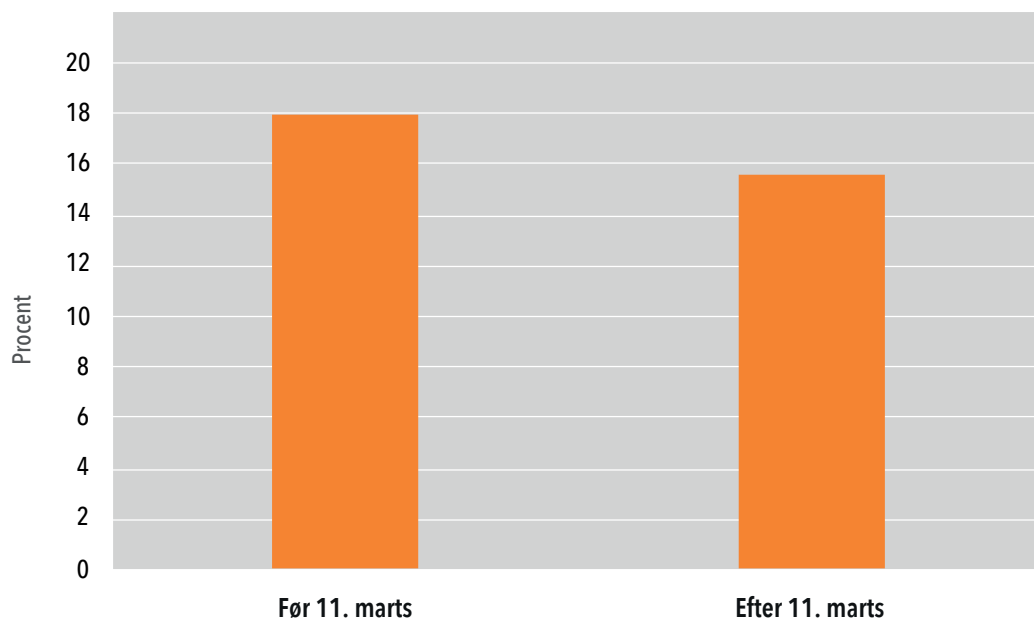
Selvom der blev indført strenge restriktioner i forbindelse med nedlukningen midt i marts, gjorde det ikke danskerne liv mere besværligt på den korte bane. Det viser resultaterne fra ROCKWOOL Fondens Forskningsenheds studie lavet i samarbejde med forskere fra Stockholms Universitet og University of California Irvine, som benytter data indsamlet i samarbejde med Region Hovedstaden Psykiatri.

Studiet bruger Work and Social Adjustment Scale (WSAS) til at måle danskernes oplevelse af, i hvilken grad adfærdsmæssige og psykologiske begrænsninger gør deres liv besværligt. Ud fra WSAS er det muligt at vurdere, hvorvidt en persons problemer har en betydning for evnen

til at udføre forskellige hverdagsopgaver. Figur 2 viser procentdelen af de adspurgte, hvor problemerne har en betragtelig betydning, opdelt efter hvornår personen besvarede spørgeskemaet: før eller umiddelbart efter nedlukningen i marts.

Det fremgår af figuren, at nedlukningen i marts ikke betød det store for folks evne til at få hverdagen til at fungere på kort sigt. Personer, der besvarede spørgeskemaet umiddelbart før og umiddelbart efter nedlukningen, rapporterede således nogenlunde ens svar, og ca. 15-18 procent oplevede, at deres problemer påvirkede deres hverdag i betragtelig grad. Resultaterne tyder således på, at danskerne formåede at balancere hverdagen trods de restriktioner, de blev pålagt under nedlukningen af landet i marts.

Figur 2. Procent funktionelt begrænsede i deres hverdag



Kilde: ROCKWOOL Fondens Forskningsenhed på baggrund af data fra Region Hovedstaden Psykiatri (indsamlet af Danmarks Statistik).

Danskernes liv med corona blev langsomt mere besværligt

Corona-restriktionerne besværliggjorde danskernes hverdag mere, jo længere tid restriktionerne stod på.

I juli 2020 følte danskernes hverdag væsentlig mere besværlig end under de første måneder med corona-restriktionerne. Dobbelt så mange danskere oplevede, at deres daglige tilværelse var besværliggjort i forhold til de første uger efter nedlukningen i foråret. Det viser resultaterne fra ROCKWOOL Fondens Forskningsenheds studie lavet i samarbejde med forskere fra Stockholms Universitet og University of California Irvine, som benytter data indsamlet i samarbejde med Region Hovedstaden Psykiatri.

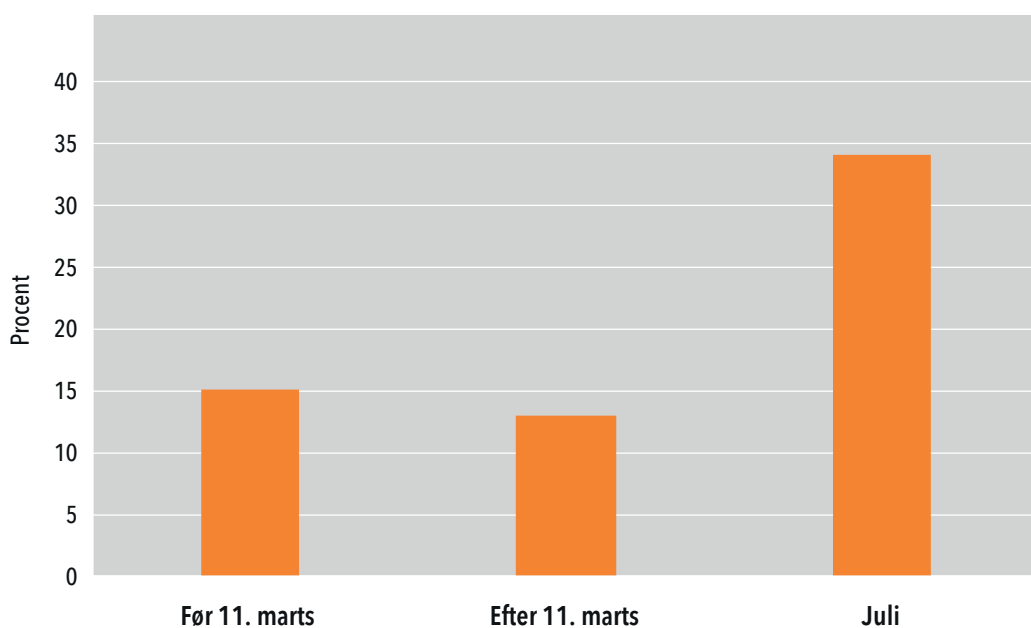
Studiet udnytter, at en del af de personer, der besvarede forskernes spørgeskema i marts, lod sig geninterviewe i juli, hvor restriktionerne var mildere end i marts. Igen bruges Work and Social Adjustment Scale (WSAS) til at måle oplevelsen af, i hvilken grad adfærdsmæssige og psykologiske begrænsninger gør deres liv besværligt.

Figur 3 viser, i hvor høj grad problemerne har en betragtelig betydning (vist i procent), opdelt efter hvornår personen besvarede spørgeskemaet: før nedlukningen i marts, umiddelbart efter nedlukningen i marts eller i juli, hvor restriktionerne var mildere end i marts. Det kan dog ikke afvises, at dele af udviklingen også kan være drevet af andre faktorer, såsom årstidseffekter eller lignende.

Resultatet viser, at helt op imod 34 procent – altså hver tredje – af de adspurgte angiver, at deres problemer i juli havde en betragtelig betydning for deres evne til at udføre forskellige hverdagsopgaver. Efter omtrent fire måneder med restriktioner var hverdagen altså blevet væsentlig mere besværlig.

Til gengæld havde procentdelen, der er i risikozonen for at udvikle depression eller stress – når man måler det ud fra WHO5-trivselsindekset – ikke ændret sig fra slutningen af marts til juli, hvor restriktionerne stadig var gældende, om end noget mildere.

Figur 3. Procent funktionelt begrænsede i marts og juli



Kilde: ROCKWOOL Fondens Forskningsenhed på baggrund af data indsamlet af Danmarks Statistik på vegne af Region Hovedstaden Psykiatri og ROCKWOOL Fondens Forskningsenhed.

Særligt børnefamilier rapporterede mindre risiko for at udvikle stress og depression under corona-nedlukningen

Under nedlukningen faldt børnefamiliernes risiko for at udvikle stress og depression, og de rapporterede færre udfordringer i hverdagen.

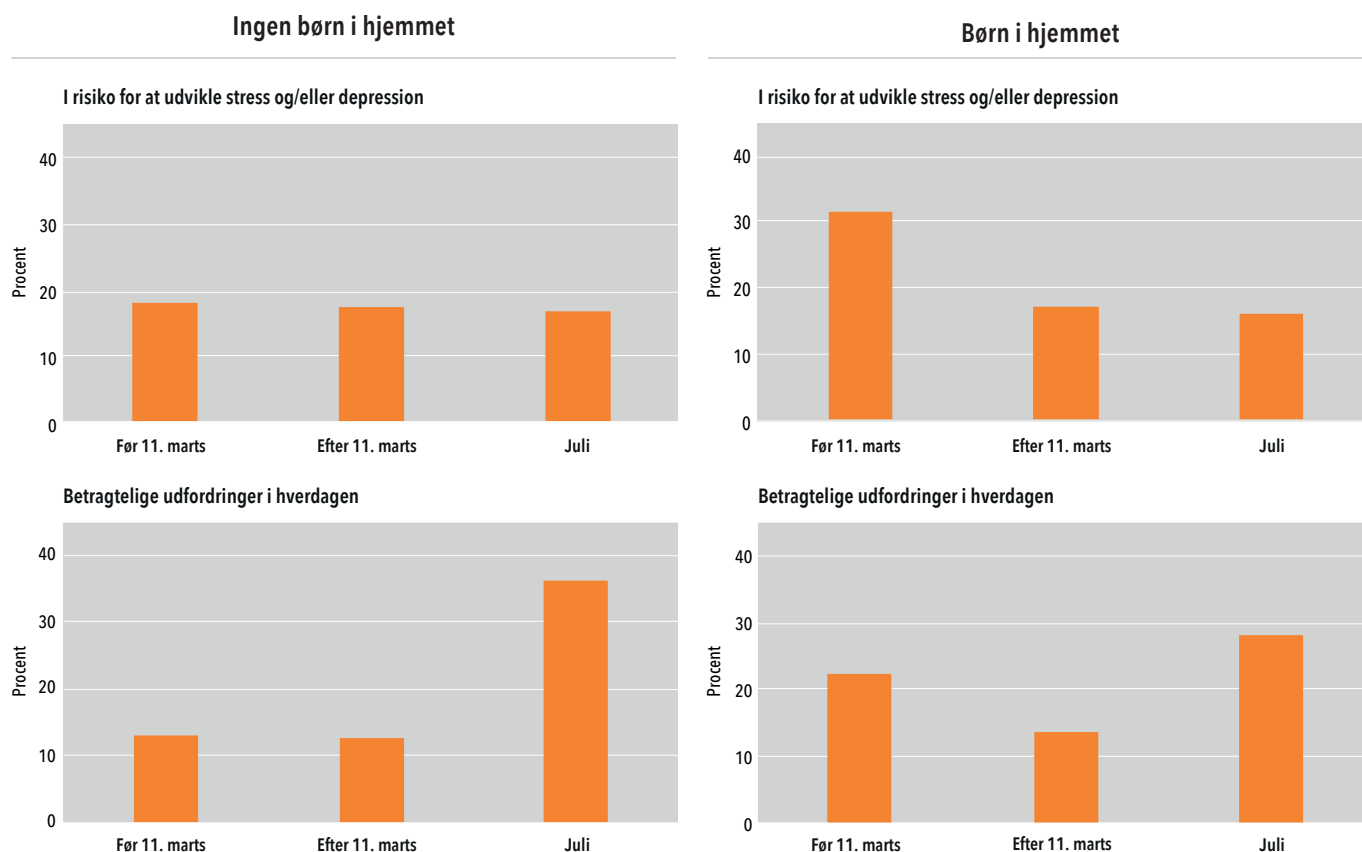
Procentdelen af børnefamilier i risikozone for at udvikle stress og depression blev halveret under første corona-bølge. Det var den umiddelbare reaktion på nedlukningen af Danmark i marts 2020 blandt landets børnefamilier. Det viser et studie fra ROCKWOOL Fondens Forskningsenhed med deltagelse af forskere fra Stockholms Universitet og University of California Irvine. Studiet opdeler besvarelserne af en spørgeskemaundersøgelse, som ROCKWOOL Fondens Forskningsenhed har udført i samarbejde

med Region Hovedstaden Psykiatri, alt efter om man har børn i hjemmet eller ej.

Et udsnit af danskere har besvaret spørgeskemaundersøgelserne før eller efter nedlukningen i marts og så igen i juli. Undersøgelsen beskæftiger sig således med udviklingen i den såkaldte første corona-bølge.

Forskellen på situationen for børnefamilierne og andre er slående, som vist i figur 4. I starten af marts, altså før nedlukningen, havde børnefamilierne næsten dobbelt så høj risiko for at opleve stress eller depression som personer, der ikke havde børn i hjemmet. Andelen af børnefamilier i

Figur 4. Procent i risikozone for at udvikle stress eller depression samt procent med betragtelige udfordringer i hverdagen, opdelt efter om man har børn i hjemmet



Kilde: ROCKWOOL Fondens Forskningsenhed på baggrund af data indsamlet af Danmarks Statistik på vegne af Region Hovedstaden Psykiatri og ROCKWOOL Fondens Forskningsenhed.

risikozonen var på 32 procent, mens den lå på 18 procent for andre. I slutningen af marts var forskellen udjævnet.

Også i juli efter fire måneder med restriktioner lå de to grupper på samme niveau, som for børnefamiliernes vedkommende altså var markant lavere end umiddelbart før nedlukningen.

Når man ser på fordelingen blandt dem, der oplever betragtelige udfordringer i hverdagen, kommer man frem til nogenlunde samme resultat. Også her var der stor forskel på børnefamilier og andre i tiden umiddelbart før nedlukningen i marts. Henholdsvis 23 procent og 13 procent oplevede udfordringer. Men lige efter nedlukning

gen forsvinder denne forskel, fordi børnefamilierne faktisk oplever færre udfordringer. Som det også fremgår af artiklen 'Danskernes liv med corona blev langsomt mere besværligt' i dette nyhedsbrev, stiger procentdelen af dem, der oplever udfordringer, dog markant frem til juli, men denne stigning ses både for børnefamilierne og for andre.

Samlet set tyder disse resultater altså på, at nedlukningen af Danmark i marts ikke umiddelbart påvirkede danskernes trivsel og velbefindende i tiden lige efter og endda ser ud til at gøre hverdagen nemmere for børnefamilier. Til gengæld har alle oplevet hverdagen som mere besværlig i juli, end de gjorde i marts.

Om undersøgelsen

Region Hovedstaden Psykiatri indsamlede i hele marts 2020 data om befolkningens velbefindende som målt ud fra validerede skalaer. I alt 8.300 personer blev inviteret, og ca. 2.800 valgte at besvare spørgeskemaet.

Spørgeskemaet spurgte ind til personers trivsel (ud fra WHO5-trivselsindekset) og ind til, i hvilken grad de oplevede problemer med at håndtere og udføre forskellige hverdagsopgaver (Work and Social Adjustment Scale, WSAS).

Da nedlukningen af Danmark i forbindelse med spredningen af corona-virus ramte Danmark den 11.

marts 2020, var dette således midt i dataindsamlingen, hvilket gør det muligt at sammenligne svar fra personer, der blev adspurgt de sidste knap to uger inden nedlukningen og inden for de første ca. to uger efter nedlukningen.

Til at styrke datamaterialet yderligere opfordredes de samme personer til at lade sig geninterviewe i løbet af juli 2020, og i alt ca. 1.500 personer valgte dette.

Samtlige af analysernes resultater er i øvrigt kontrolleret statistisk for køn og alder.

Undersøgelsens publicering

Lars H. Andersen, Peter Fallesen & Tim A. Bruckner. 2020.

Risk of Stress/Depression and Functional Impairment in Denmark Immediately Following a COVID-19 Shutdown.

Study Paper 157, ROCKWOOL Fondens Forskningsenhed.

Nyt fra ROCKWOOL Fondens Forskningsenhed. (ISSN 1396-1217) udgives for at informere offentligheden om resultaterne af den løbende forskning i enheden.

Nyhedsbrevet er ikke ophavsretligt beskyttet og må frit citeres eller kopieres med fornøden kildeangivelse.

Du kan se andre udgivelser fra forskningsenheden på: www.rockwoolfonden.dk/forside/forskning