



Folkhälsomyndigheten

Psykisk ohälsa bland högskolestudenter – vad vet vi om förekomst och orsaker

Presentatör: Regina Winzer, utredare, med. dr,
Folkhälsomyndigheten



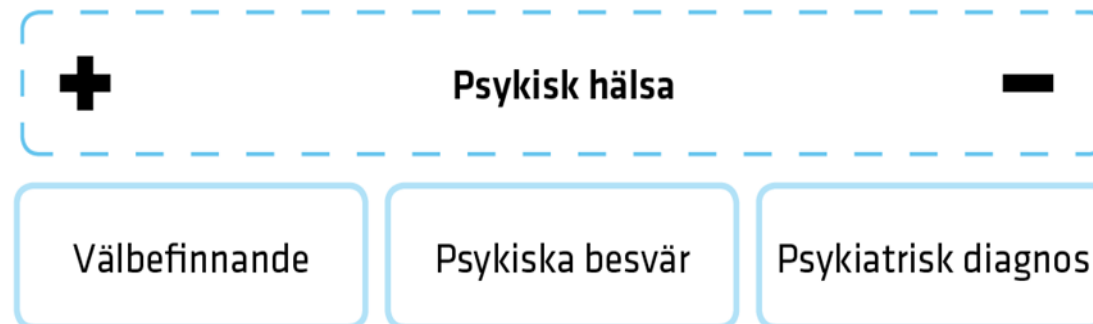
Vad är psykisk hälsa?

Psykisk hälsa är ett paraplybegrepp som omfattar psykiskt välbefinnande och psykisk ohälsa.

Psykisk ohälsa inkluderar både lätta, vardagliga besvär och psykiatriska diagnoser

Psykiska besvär kan dels vara lätta besvär som bara tillfälligt påverkar funktionsförmågan, dels svårare besvär, men där kriterierna för diagnos inte är uppfyllda.

Psykiatriska diagnoser är alla sjukdomar och funktionsnedsättningar som finns beskrivna i DSM och ICD.



Vår enkätundersökning

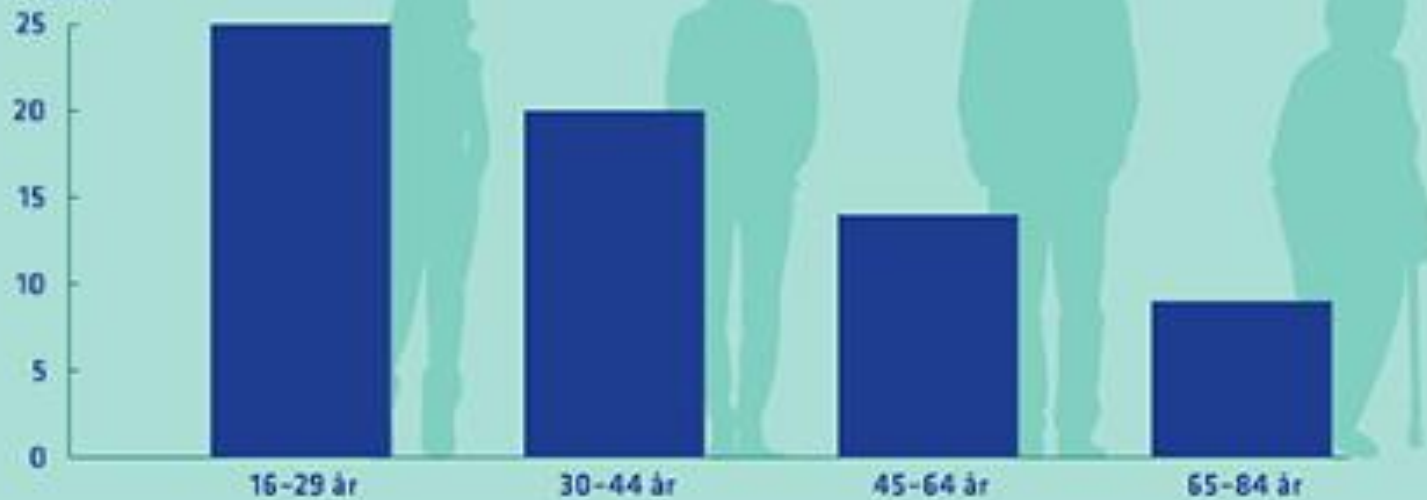
Nationella folkhälsoenkäten
("Hälsa på lika villkor")

- Slumpmässigt urval av befolkningen 16-84 år
- Genomförs vartannat år
- Cirka 20 000 svarande
- Sjunkande svarsfrekvens
- Många frågeområden, bland annat psykisk hälsa



Fler unga än äldre uppger nedsatt psykiskt välbefinnande

Procent



Källa: Nationella folkhälsoenkäten, Folkhälsomyndigheten 2018.

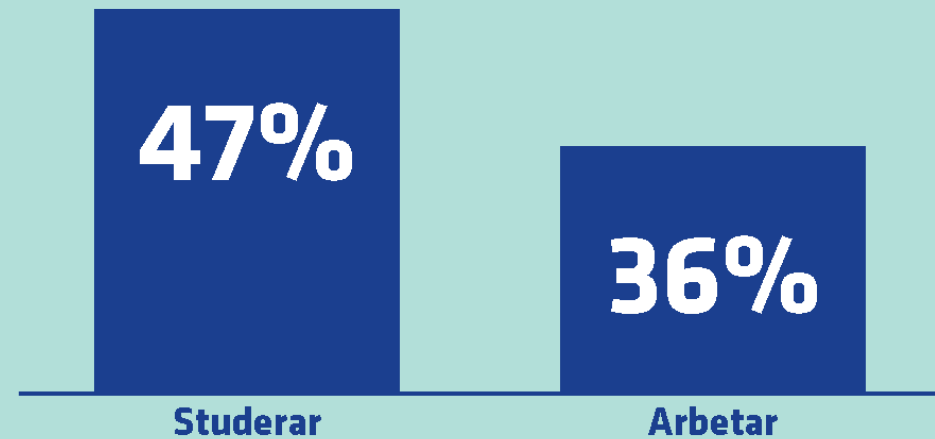
Nedsatt psykiskt välbefinnande

16-29 år, 2016



Ängslan, oro och ångest

16-29 år, 2016



Upplevd stress, 16-29 år

Stress

- vanligare bland studenter (25%)
jämfört med yrkesverksamma (16 %)

Svår stress (= "ganska" eller "våldigt" stressad)

- 5 % bland studenter
- 3 % bland yrkesverksamma

Dubbelt så vanlig bland kvinnor jämfört med män

Sammanfattning

- studenter psykisk ohälsa, omfattning

- Prevalens av symptom på depression högre bland studenter jämfört med övrig befolkning (Dyrbye et al., 2006 Systematic rev; Ibrahim et al., 2013 Systematic rev; Sharp and Theiler, 2018, Review;)
- Högre andelar av psykiska symptom bland studenter jämfört med icke (Cvetkovski et al., 2012; Winzer et al.; 2014; Andrews & Wilding, 2004; Leahy et al., 2010)
- Symptom på depression eller depression drabbar 1 av 3 studenter under studieåren, fler kvinnor än män drabbas (Ibrahim et al., 2013 Systematic rev)
- 31% av studenter rapporterar allmänpsykiatriska besvär under det senaste året. (Auerbach et al., 2018).
- Fördubblad risk för suicid under pågående studier jmfprt med tiden efter avslutade studier. (Lageborn et al., 2017)

Vad vet vi om orsakerna?

- **Påfrestningar i samband med övergången till studentlivet: byte av bostadsort, frånvaro av familj och vänner (Ibrahim, 2018)**
- **Ökat medieanvändande (Twenge, 2018); Bralowskaia, Margraf 2020)**
- **Utbildningsupplevelsen i sig kan vara en stressor (Rotenstein et al. 2016; Tung et al. 2018)**
- **Känsla av ensamhet, social isolering (McIntyre et al. 2018)**