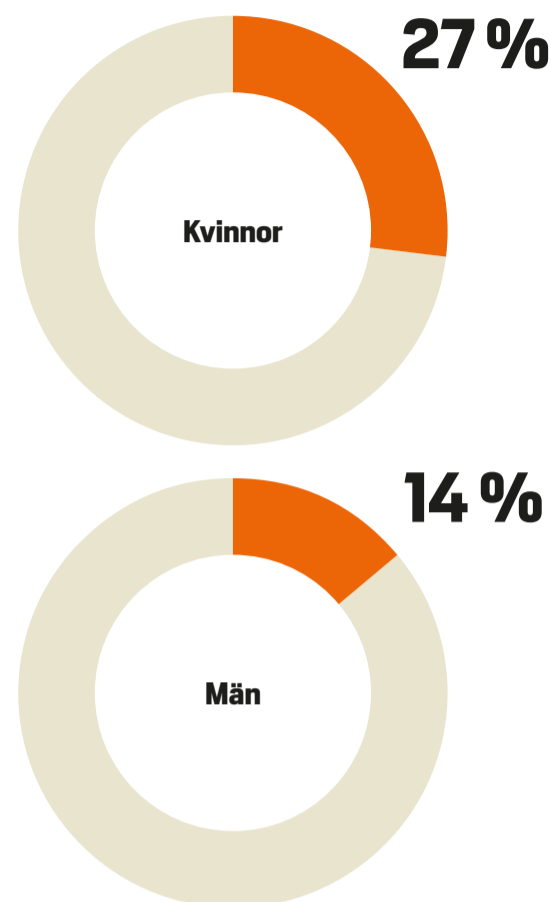


## Rådet för styrning med kunskap

● I rådet ingår representanter från nio myndigheter och en huvudmannagrupp som utses av regeringen på förslag av SKL. Huvudmannagruppen består av tio ledamöter från kommuner och sex från regionerna. Den ska ge rådet information om vad huvudmännen behöver mer kunskap om.



**Fakta.** Andel män och kvinnor med besvär med ångslan, oro eller ångest (65–79 år)



# Folkhälsa. ”Vi behöver lära ut mer om äldres depressioner”

**Många äldre lider av oro och ångest. De tar inte kontakt med vården och får därför ingen behandling. Vad behöver göras för att möta detta folkhälsoproblem? Ökad kunskap om symtomen via kampanjer riktade till allmänheten är ett förslag.**

– Depression är nästan lika vanligt som förkylning, brukar jag säga, men mycket farligare. Risken för hjärt- och kärlsjukdomar ökar och immunförsvaret påverkas. Livskvaliteten försämras också enormt och för äldre är depression den vanligaste orsaken till självmord.

Det säger Ingmar Skoog, professor i psykiatri och forskningsledare för Age Cap, Centrum för åldrande och hälsa vid Göteborgs universitet. Tillsammans med fem representanter för olika myndigheter med inriktning på folkhälsa deltar han i ett seminarium om äldres psykiska hälsa i Almedalen under måndagen, arrangerat av Rådet för styrning med kunskap.

**Omkring 27 procent** av kvinnorna och 14 procent av männen i åldern 65–79 år uppger att de har besvär med ångs-

lan, oro eller ångest, enligt en rapport från Folkhälsomyndigheten. Men mörkertalet är stort. Endast en av fyra depressioner upptäcks i vården. – Depressioner kan yttra sig på andra sätt hos äldre och kan därför vara svårare att upptäcka. Det kan till exempel handla om att man blir utåtagerande, får ångest eller har svårt att hålla sig stilla. Ett enda symptom kan vara dominerande och andra kriterier för diagnosen uppfylls därför inte, säger Ingmar Skoog.

**Även om depression** enligt statistiken är vanligare hos personer över 65 år är det fel att dra alla 65-plussare över en kam, menar han.

– Sett över en livscykel är förekomsten av depression som högst strax före pensioneringen för att sedan minska och bli som lägst mellan 65 och 75 år. Det är först därefter

som vi ser en ökning, särskilt efter 80–85 års ålder när sjukdomarna sätter in, förmågorna börjar svikta och vänner och partner går bort.

**Vad behöver göras** för att fler deprimerade äldre ska upptäckas och få adekvat behandling? Ingmar Skoog föreslår en kampanj riktad till allmänheten och personal inom äldreomsorgen för att öka kunskapen om symtomen.

– Precis som vi har haft stora kampanjer för hjärtinfarkt och stroke behöver vi lära ut tecknen på depression, som att man tappar lusten för att göra saker man tidigare tyckte var roliga, mister aptiten, får sömnstörningar och svårare att koncentrera sig.

Äldre svarar inte heller alltid lika bra som yngre på antidepressiva läkemedel, enligt en studie från Statens beredning för medicinsk och social utvärdering. Psykoterapi har visat sig verksamt, men erbjuds sällan.

– Här behöver tillgången för äldre förbättras. Andra viktiga förebyggande insatser kan vara att skapa fler kontaktpunkter för perso-

**Precis som vi har haft stora kampanjer för hjärtinfarkt och stroke behöver vi lära ut tecknen på depression.**

Ingmar Skoog, professor i psykiatri och forskningsledare för Age Cap, Centrum för åldrande och hälsa vid Göteborgs universitet.

ner över 80 år. Ensamhet vet vi är en stor riskfaktor, påpekar Ingmar Skoog.

**Ethel Forsberg, generaldirektör** för Forskningsrådet för hälsa, arbetsliv och välfärd, tror att en orsak till det stora mörkertalet är att psykiska problem fortfarande anses stigmatiserande.

– Vi har levt i ett samhälle där psykisk ohälsa har varit något man inte vill prata om, och det lever kvar hos många äldre. Det finns också en föreställning hos många om att nedstämdhet är en naturlig del av åldrandet, säger hon.

Det digitaliserade samhället ser hon både som en möjlighet och en fara för äldres psykiska välmående.

– Med rätt stöd kan den digitala tekniken ge tillgång till nya sociala mötesplatser. Men utan rätt utrustning eller förmåga är det lätt att känna sig än mer utestängd. Här behövs kunskap om hur hjälpmedel kan inkludera äldre på ett bättre sätt än i dag.

**Karin Södergren**  
ks@dagenssamhalle.se

### Fakta. Mer i Almedalen

**”Hur förebygger vi äldres psykiska ohälsa?”**

● **Plats:** Gotlands museum, Bildstenshallen, Strandgatan 14.  
● **Tid:** 1 juli, 11.00–12.00.  
● **Arrangör:** Rådet för styrning med kunskap.

#### Medverkande

● Ingmar Skoog, professor i psykiatri, Göteborgs universitet.

● Ethel Forsberg, generaldirektör, Forte.  
● Susanna Axelsson, generaldirektör, SBU.  
● Anna Bessö, avdelningschef, Folkhälsomyndigheten.  
● Thomas Lindén, avdelningschef, Socialstyrelsen.  
● Malin Ekman Aldén, generaldirektör, Myndigheten för delaktighet.  
● Maria Kindefält Trygg, verksamhetschef, Nationell samverkan för psykisk hälsa.

# arena

– där effektiva partnerskap utvecklas



**DoubleCheck arena samlar de som påverkar och har ett intresse för att utveckla den offentliga marknaden. Vi är en del av Sveriges möjlighet att uppfylla mål 17:17 i Agenda 2030 – Uppmuntra effektiva partnerskap.**

## Almedalsveckan

<b>MÅNDAG:</b>	#Arbetsmarknadsmångfald	Iris
<b>TISDAG:</b>	#Ökaantaletanbud	DoubleCheck
<b>ONSDAG:</b>	#Framtidensarbetsplats	Brilliant
<b>TORSDAG:</b>	#Innovationsdialog	Dialogmakarna
<b>FREDAG:</b>	#Almedalens jämställdhetspolitiska trädgård	Veckorevyn & Maktsalongen

I år har vi samlat ett 15-tal aktörer som har en vilja att dela med sig av kunskap, best practise och öka samverkan för en högre nyttoeffekt – för allas vår skull.

Vi erbjuder spaningar, expertsamtal, personliga möten, kunskapsbattle, socialt hack, deltagarintegration, mingel och #upphandlingspub – en samverkansarena att koppla upp och av på. För mer information:

[www.doublecheck.se/doublecheck\\_arena\\_almedalen](http://www.doublecheck.se/doublecheck_arena_almedalen)

Mediapartner:

**DAGENS Samhälle**