



Covid-19 pandemins påverkan på folkhälsan i Östergötland

En pandemi som riskerar att öka ojämlikheten i hälsa

Ett kunskapsunderlag

Handläggare: Medarbetare på Folkhälso- och statistikenheten, Hälsa- och sjukvårdsenheten, Regional utveckling samt Arbets- och miljömedicin
Verksamhet: Region Östergötland
Datum: 2020-10-07
Diarienummer: HSN 2020-617

Innehållsförteckning

1 Inledning	3
1.1 Varför detta kunskapsunderlag och analys av konsekvenserna på folkhälsan av covid-19?	3
2 Utvecklingsområden på generell nivå	4
3 Målområde 1 - Det tidiga livets villkor	5
3.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet.....	5
3.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet	5
3.3 Utvecklingsområden	5
4 Målområde 2 – Kunskaper, kompetenser och utbildning	6
4.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet.....	6
4.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet	6
4.3 Utvecklingsområden	6
5 Målområde 3 – Arbete, arbetsförhållanden och arbetsmiljö	7
5.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet.....	7
5.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet	7
5.3 Utvecklingsområden	7
6 Målområde 4 – Inkomster och försörjningsmöjligheter	8
6.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet.....	8
6.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet	8
6.3 Utvecklingsområden	8
7 Målområde 5 – Boende och närmiljö	9
7.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet.....	9
7.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet	9
7.3 Utvecklingsområden	9
8 Målområde 6 – Levnadsvanor	10
8.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet.....	10
8.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet	10
8.3 Utvecklingsområden	10
9 Målområde 7 – Kontroll, inflytande och delaktighet	11
9.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet.....	11
9.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet	11
9.3 Utvecklingsområden	12
10 Målområde 8 – En jämlik och hälsofrämjande hälso- och sjukvård	12
10.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet.....	12
10.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet	13
10.3 Utvecklingsområden	13
11 Vägen framåt – gå stärkt genom krisen	14
12 Litteratur	14

1 Inledning

Covid-19 pandemin har skapat en allvarlig samhällskris med stora konsekvenser för liv och hälsa men också i form av arbetslöshet, ekonomiska problem och social isolering.

Samhällskriser drabbar oftast redan utsatta grupper hårdast. Även i den här pandemin är de grupper som drabbats värst samma grupper som hade störst risk för ohälsa redan före pandemin. Det innefattar exempelvis vissa invandrargrupper, människor som lever i trångboddhet, har fysisk och psykisk ohälsa eller funktionsvariationer samt människor med osäkra anställningsförhållanden. Denna pandemi har dessutom drabbat de äldre särskilt hårt.

Pandemin har belyst hur skillnader i människors livsvillkor och sårbarhet påverkar risken för insjuknande i Covid-19. Dessa skillnader påverkar även konsekvenserna av de insatser som krävs för att minska smittspridningen. Konsekvenserna innefattar ekonomisk stress, social isolering, psykisk ohälsa och ogynnsamma levnadsvanor, det vill säga samma faktorer som är grunden för ojämlikhet i hälsa. Pandemin riskerar därför att öka ojämlikheten i hälsa.

Denna kris innebär också en möjlighet. Folkhälsofrågorna diskuteras idag på den högsta politiska nivån och knyts samman med konsekvenser för samhälle och ekonomi på ett sätt som inte förekommit tidigare. Krisen och den nya krismedvetenheten kan därför möjliggöra den kraftsamling som är nödvändig för att minska skillnader i hälsa.

1.1 Varför detta kunskapsunderlag och analys av konsekvenserna på folkhälsan av covid-19?

Enligt rådande kunskapsläge kommer Covid-19 påverka samhällen över hela världen under lång tid framöver. Kunskap om pandemins konsekvenser är därför angelägen, för att minska de negativa effekterna på befolkningens hälsa.

Syfte: Syftet är att skapa en bild av möjliga konsekvenser på folkhälsan i Östergötland, orsakade av Covid-19 pandemin, samt att identifiera utvecklingsområden för att minska negativa effekter och skillnader i hälsa, på kort och lång sikt.

Målgrupp: Politiker och tjänstepersoner på regional och kommunal nivå samt samverkansaktörer i Östergötland.

Avgränsningar: Analysen har fokus på befolkningen i Östergötland.

Metod: Konsekvensanalysen har strukturerats utifrån folkhälsopolitikens åtta målområden med stöd av bland annat Sveriges Kommuner och Regioners (SKR) framtagna konsekvensanalysmatris för Covid-19. Samverkan och dialog har skett med andra aktörer på regional och nationell nivå. Eftersom det fortfarande finns få resultat från studier av den pågående pandemins folkhälsoeffekter har evidens och erfarenheter utifrån tidigare liknande situationer använts. I följande analyser, för varje målområde, är konsekvenserna grupperade utifrån direkta och indirekta konsekvenser. Med direkta avses effekter av Covid-19 infektionen medan indirekta avser effekter av samhällsinsatser för att minska pandemins spridning. Konsekvenserna kan vara negativa såväl som positiva.

I den allmänna debatten används begreppet social distansering. Det vore önskvärt att istället kalla det fysisk distansering (vilket är det som avses) men i den här rapporten har det rådande begreppet använts.

Eftersom folkhälsopolitiken är tvärsektoriell behövs en mångfald av åtgärder som berör och involverar flera olika samhällsområden.

Nedan beskrivs först utvecklingsområden på generell nivå som främjar god och jämlik hälsa. Därefter beskrivs de viktigaste konsekvenserna på folkhälsan av Covid-19 pandemin inom var och ett av folkhälsopolitikens målområden, samt rekommenderade åtgärder.

1. Det tidiga livets villkor

2. Kunskaper, kompetenser och utbildning

3. Arbete, arbetsförhållanden och arbetsmiljö

4. Inkomster och försörjningsmöjligheter

5. Boende och närmiljö

6. Levnadsvanor

7. Kontroll, inflytande och delaktighet

8. En jämlik och hälsofrämjande hälso- och sjukv.

2 Utvecklingsområden på generell nivå

- Utveckla ett systematiskt arbetssätt för att samla in och analysera information i relation till händelser och samhällsutmaningar, med lärdom från Covid-19 pandemin.
 - Utveckla nya datakällor och arbetsmetoder som snabbare fångar upp förändringar av människors livsvillkor och hälsa i Östergötland.
- Genomför insatser i relation till befintliga och nya behov utifrån en systematisk analys.
 - Prioritera tidiga insatser och involvera olika målgrupper av invånare, patienter och samverkanspartners. Arbeta i dialog och samskapande för ökad jämlikhet i hälsa utifrån ett personcentrerat förhållningssätt.
 - Utveckla en hälsolitterat organisation genom att förmedla information relaterad till Covid-19 och annan hälsorelaterad information så att den är lättillgänglig och når fram i alla kulturer, språk och grupper.
 - Bibehåll ett informationsflöde från offentliga kanaler om pandemin, dess konsekvenser samt åtgärder för att motverka osäkerhet, ryktesspridning, minskad tillit och psykisk ohälsa.
 - Stärk möjligheten för befolkningen i Östergötland att kommunicera digitalt med offentlig verksamhet.
 - Utveckla alternativa mötesformer som mindre grupper eller digitala besök exempelvis när större sammankomster inte är möjligt.
 - Stärk patient-, närstående- och brukarperspektivet på samtliga nivåer.
 - Utbilda profession och befolkning i krisberedskap på olika nivåer, för att öka den psykologiska beredskapen för framtida samhällsutmaningar.
- Värna att jämlik hälsa och vård ligger högt på politikernas och tjänstepersonernas dagordning och tydliggörs i upphandlingar, uppdragsbeskrivningar, ledning och styrning.
 - Utveckla en Folkhälsostراتيجية som tar avstamp i den nya Regionala utvecklingsstrategin (RUS), kopplad till hållbar utveckling och till alla fem arenorna i Östgötakommissionen.

3 Målområde 1 - Det tidiga livets villkor

En bra start i livet med goda uppväxtvillkor som stimulerar barnets tidiga utveckling, inlärning och hälsa är betydelsefullt för att uppnå god och jämlik hälsa både bland barn och vuxna. Barn som växer upp i ekonomisk utsatthet eller i en ogynnsam psykosocial miljö får oftare sämre hälsa som vuxna.

3.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Barn och unga har varit relativt förskonade från att själva smittas och bli allvarligt sjuka.

3.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Barn och ungas vardag och liv har påverkats på en rad olika sätt som kan ge konsekvenser både på kort och lång sikt. Beroende på barnens ålder och eventuell utsatthet skiljer sig konsekvenserna åt men gemensamma nämnare är

- oro och osäkerhet för sjukdomen, påverkan på familj, anhöriga och framtiden
- ekonomiska problem, arbetslöshet eller permitteringar i familjen
- förändringar i förskola och skola
- begränsningar av fritidsaktiviteter och umgänge

Ökad tid och samvaro i hemmet kan både vara positivt och negativt:

- Isolering och minskade kontakter utanför hemmet innebär en ökad risk för våld, utsatthet och hedersrelaterat förtryck innanför hemmets väggar.
- Mer tid tillbringad i hemmet ökar sannolikt barnens skärmtid, vilket även innebär mer stillasittande samt ökad risk för utsatthet via nätet.
- Regler och åtgärder för att säkra en god hygien och minskad smittspridning har under våren inneburit en minskning av flera andra infektioner såsom vinterkräksjuka och influensa.

3.3 Utvecklingsområden

- Förstärk och utveckla stödjande funktioner och samverkan mellan familj, skola, socialkontor och civilsamhälle för att utöka möjligheten till kompensatoriska insatser vid exempelvis skolfrånvaro.
- Utöka uppsökande verksamhet, till exempel hembesök, där deltagande vid offentlig verksamhet såsom mödravårdscentral eller barnavårdscentral minskat (bland annat på grund av rädsla för smitta).
- Stärk barn och ungas möjligheter att kommunicera digitalt med offentlig verksamhet för att stärka möjligheterna till kompensatoriska kontakter.
- Uppllys om betydelsen av en balans mellan aktiviteter som sker framför skärm och andra behov av rörelse och socialt umgänge samt informera om risker för utsatthet via nätet.
- Stimulera befintliga och nya fritidsaktiviteter som är tillgängliga för alla oavsett socioekonomi och funktionsvariation.

4 Målområde 2 – Kunskaper, kompetenser och utbildning

Kompetenser och kunskaper genom lärande och utbildning är väsentligt för jämlik hälsa. Högre utbildningsnivå, förvärvade kunskaper och kompetenser är förenade med bättre livsvillkor och levnadsvanor men också med starkare psykologiska och sociala resurser. Genom detta ges en bättre möjlighet att påverka den egna situationen, minskad sårbarhet och en bättre hälsa.

4.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Vid sjukdom hos såväl elever som lärare finns risk för att utbildningstillfällen missas.

4.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Oro och osäkerhet på grund av förändringar i skola, distansundervisning och hög frånvaro bland både elever och personal. Detta är särskilt betungande vid en belastad familjesituation. Samtidigt finns signaler om ökad närvaro bland ungdomar som tidigare haft hög problematisk frånvaro.

En ökad mängd skärmtid kan öka risken att utsättas för exempelvis hot, mobbning, manipulering och sexuella övergrepp via nätet men också minskad sömn.

Skolmisslyckanden som leder till ekonomiska problem och arbetslöshet påverkar möjligheten för de unga att träda in och stanna kvar på arbetsmarknaden. Arbetslöshet påverkar även unga indirekt genom att det drabbar deras familjer.

4.3 Utvecklingsområden

- Utöka och intensifiera kompensatoriska insatser, såsom extra resurser, kombinerat med intensivt uppföljnings- och kvalitetsarbete, för att förebygga och minimera skolmisslyckanden och ungdomsarbetslöshet. Det är särskilt angeläget hos skolor i utsatta områden och/eller med sjunkande resultat. Skolans kompenserande funktion är där extra viktig för såväl hälsa som studieresultat.
- Stöd skolor att ställa om till en mer hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande skolmiljö.
- Prioritera och ta tillvara information från moment såsom elevhälsans hälsosamtal och ungdomsenkäten "Om mig" för att få en bättre bild av eventuell utsatthet bland eleverna.
- Förstärk och utveckla stödjande funktioner och samverkan mellan skola, familj, arbetsliv samt civilsamhälle för att utöka möjligheten till kompensatoriska kontakter.
- Erbjud vuxenutbildning som är tillgänglig och ekonomiskt möjlig för alla. Utveckla modeller som säkrar livslångt lärande utifrån individernas behov och arbetsmarknadens efterfrågan.

5 Målområde 3 – Arbete, arbetsförhållanden och arbetsmiljö

Att ha ett arbete med gynnsamma arbetsförhållanden stärker personlig utveckling, hälsa och välbefinnande och är viktigt för en jämlik hälsa. Lägre socioekonomisk situation och osäkra arbetsvillkor är förenat med större risk för en ogynnsam fysisk och psykosocial arbetsmiljö och genom det sämre hälsa.

5.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Ökad risk att bli smittad samt oro för att bli smittad vid arbete som inte kan ske med fysisk distans. Exempel på sådant arbete finns inom handel, transport samt vård och omsorg.

5.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Högre grad av permittering, osäkerhet i anställning och arbetslöshet inom vissa branscher såsom hotell/restaurang, transport, resenärings, turism, kultur och delar av handel och tillverkning. Unga utan gymnasial utbildning och utlandsfödda är överrepresenterade i flera av dessa branscher och neddragningar inom handel påverkar i första hand tim-, säsongs- och visstidsanställda.

En ökad efterfrågan och fler arbetstillfällen ses i vissa branscher, exempelvis inom vård och omsorg, livsmedel och bygg- och trädgårdshandel. Även en ökad efterfrågan på inhemsk personal i lantbruket på grund av svårigheter för utländsk arbetskraft att ta sig till Sverige.

Inom exempelvis vård och omsorg finns en ökad risk för arbetsrelaterad stress på grund av hög arbetsbelastning, utebliven återhämtning och risk för etisk stress.

Distansarbete har ökat inom vissa branscher och digitala arbetsformer har tvingats fram. Det kan i vissa fall innebära fördelar med nya samarbetsformer, ökad flexibilitet och delaktighet samt minskade restider. Samtidigt kan det innebära ökad teknikstress, sämre ergonomi, avsaknad av struktur, kollegialt stöd och social samvaro, otydlig gräns mellan arbete och fritid samt ökad risk för konflikter och våld i hemmet. Det kan också medföra ökad risk för sämre levnadsvanor såsom minskad fysisk aktivitet, ökad alkoholkonsumtion och sämre matvanor.

5.3 Utvecklingsområden

- Fortsatt systematiskt arbetsmiljöarbete där risker i arbetet, inklusive smittrisk, identifieras och bedöms. Detta är särskilt viktigt vid snabba omställningar som vid Covid-19. Riskbedömningar bör följas av genomtänkta åtgärder som följs upp och utvärderas.
- Säkerställ att arbete, arbetsförhållanden och arbetsmiljö ges hög prioritet. Exempel på det kan vara att:
 - Rikta särskild uppmärksamhet på grupper med extra utsatthet, exempelvis unga utan gymnasieutbildning samt socioekonomiskt utsatta migranter.
 - Stödja arbetet för att skapa kontakt mellan företag med olika behov av arbetskraft, så att företagare kan utbyta arbetskraft för att klara denna och eventuella kommande kriser.

- Ha fortlöpande kontakter med kommunernas arbetsmarknadsenheter, Arbetsförmedlingen och branschföreträdare för att följa utvecklingen när det gäller sysselsättningen i länet.
- Erbjud stöd till chefer och medarbetare utifrån de förutsättningar som råder.
- Uppmuntra arbetsgivare att motverka isolering och bristande känsla av delaktighet vid distansarbete genom anordnande av exempelvis digitalt fika, digitala gruppträffar och dylikt.
- Främja psykisk hälsa och välbefinnande på arbetsplatsen tillsammans med andra aktörer, exempelvis genom samverkan inom initiativet Mind//Shift (samverkansprojekt med syfte att stärka den psykiska hälsan).
- Motverka stillasittande och inaktivitet genom att vidareutveckla arenan arbetsliv inom ramen för exempelvis strategin Sätt Östergötland i rörelse.

6 Målområde 4 – Inkomster och försörjningsmöjligheter

Inkomster och försörjningsmöjligheter är grundläggande för att uppnå jämlik hälsa och en av de viktigaste bakgrundsfaktorerna till sociala skillnader i hälsa. Lägre inkomst är gradvis relaterad till sämre hälsa och kortare livslängd. Mest utsatta är ensamstående småbarnsföräldrar samt vissa pensionärgrupper. Den aktuella jämlikhetskommissionen har också påvisat att jämlik hälsa leder till en stabilare ekonomi och en bättre samhällsekonomi.

6.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Minskad inkomst på grund av egen eller anhörigs sjukfrånvaro.

6.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Pandemin har fått dramatiska konsekvenser för många i form av ekonomiska problem på grund av permitteringar, arbetslöshet, konkurser och genom det stor osäkerhet inför framtiden. Det påverkar känslan av trygghet, tilltron till den egna förmågan, hopp och framtidstro och kan leda till ökad psykisk ohälsa.

6.3 Utvecklingsområden

- Utveckla stödinsatser till människor med akuta problem kopplade till förlorade arbeten och försörjningsmöjligheter.
- Uppmärksamma, värna och utveckla en hållbar lokal företagsamhet för att öka förutsättningarna för egenförsörjning och fler lokala arbetsgivare, till exempel genom att ge ökat stöd till nyföretagande.
- Stimulera socialt företagande där också individer med svårighet på den etablerade arbetsmarknaden kan få anställning.

7 Målområde 5 – Boende och närmiljö

En sund, trygg och trivsamt boendemiljö är ett grundläggande mänskligt behov och viktigt för att klara utbildning och arbete liksom för återhämtning, vila och rekreation. Att känna sig trygg i sitt boende påverkar viljan och lusten att vistas utomhus i närområdet. Låg socioekonomisk position samvarierar med hög exponering för olika riskfaktorer kopplat till boendemiljön som ökar risken för ohälsa, till exempel trångboddhet och otrygga utemiljöer.

7.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Trångboddhet, flergenerationsboende och att behöva resa kommunalt innebär ökad risk för smitta.

7.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Boendemiljön har betydelse för hur människor klarar social isolering kopplat till rekommendationer om social distansering. Arbetslöshet och försämrad ekonomi kan påverka kvaliteten på människors boende och vid ökad tid i hemmet får bristande inomhusmiljö större betydelse för vår hälsa.

En negativ samhällsekonomisk utveckling kan bidra till en ökning av skadegörelse, våld och andra oroligheter, särskilt i socioekonomiskt utsatta områden. Om närmiljön upplevs mindre trygg och graden av tillit till varandra och samhället minskar kan både den psykiska och fysiska ohälsan öka.

Särskild risk för ohälsa på grund av inomhus- eller närmiljön har de med svag arbetsmarknadsanknytning och sämre försörjningsmöjligheter, bostadslösa samt personer i socioekonomiskt utsatta områden.

Rekommendationer om social distansering har bidragit till att öka vistelsen i naturen.

7.3 Utvecklingsområden

- Skapa förutsättningar för människor att följa rekommendationerna om social distansering utifrån Covid-19. Erbjud alternativt boende under smittutbrott, exempelvis vid trångboddhet.
- Bevara och utveckla grönområden som är tillgängliga för alla, för att ge möjligheter till fysisk aktivitet och rekreation.
- Öka fokus på hälsa i samhällsplanering och skapa förutsättningar för människor att må bra.
- Utveckla områdesansvar för samverkan mellan primärvården och lokala aktörer såsom skola, idéburen sektor och fastighetsbolag för stärkande insatser för boende- och närmiljön.

8 Målområde 6 – Levnadsvanor

Rökning, alkoholbruk, ohälsosamma matvanor och fysisk inaktivitet är välkända riskfaktorer för att insjukna i bland annat cancer och hjärt- och kärlsjukdomar. Individens levnadsvanor beror inte bara på medvetna val utan skiljer sig åt beroende på social miljö, utbildningsnivå och ekonomiska förutsättningar. Socioekonomiska skillnader är tydliga för samtliga levnadsvanor och i alla åldersgrupper, där kortare utbildning och lägre inkomst är förenat med mer ohälsosamma levnadsvanor.

8.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Ogynnsamma levnadsvanor innebär ökad risk för allvarlig Covid-19. Därtill leder en allvarlig sjukdomsperiod ofta till att levnadsvanorna påverkas negativt.

8.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Covid-19 pandemin har slagit hårt mot personer med de vanligaste folksjukdomarna, som hjärt- och kärlsjukdom och fetma. Det har bidragit till en ökad medvetenhet kring levnadsvanornas betydelse för hälsa. Ett exempel på det är att fler personer söker stöd för att sluta röka. Allt fler söker sig ut i naturen och fler tränar utomhus. Samtidigt kan distansarbete, arbetslöshet och isolering i hemmet leda till en förändrad vardag där det kan vara svårt att upprätthålla goda levnadsvanor. Följderna kan bli mer inaktivitet, sämre matvanor samt ökat bruk av alkohol och tobak. Även stress och oro kan leda till sämre levnadsvanor.

8.3 Utvecklingsområden

För att skapa ett långsiktigt hållbart arbete för att främja goda levnadsvanor är det viktigt att säkerställa att det finns avsatta resurser, kompetens, tydliga uppdrag och en systematisk uppföljning.

- Förmedla kunskaper till kliniskt verksamma om levnadsvanors betydelse för att optimera effekten av övriga vårdinsatser.
- Stärk och systematisera hälso- och sjukvårdens arbete med sjukdomsförebyggande insatser som stödjer goda levnadsvanor hos patienter och i lokalbefolkningen.
 - Samverkan mellan olika aktörer/arenor är en förutsättning för ett framgångsrikt arbete.
- Region Östergötland behöver värna och vidareutveckla pågående strategiskt arbete såsom
 - vårdprocessprogram för levnadsvanor med målgrupp patienter
 - strategi för hälsosamma levnadsvanor för barn och unga
 - utvecklat områdesansvar för primärvården
 - strategin ”Sätt Östergötland i rörelse”
 - riktade Hälsosamtal med målgrupp befolkningen i olika åldersgrupper: äldre och medelålders (primärvård), barn och unga (skola) och barn och gravida (barnhälsovård och mödrahälsovård)
 - utveckla arbetet för att nå fler grupper, exempelvis nyanlända via Hälsokommunikatörerna.

9 Målområde 7 – Kontroll, inflytande och delaktighet

Känslan av att ha kontroll över sitt eget liv, tillit till andra människor samt att ha reellt inflytande och delaktighet i samhället är centrala områden för en god och jämlik hälsa. Även tilltro till egen förmåga, hopp och framtidstro är betydelsefullt. Lägre socioekonomisk position är förenat med sämre tillgång till dessa resurser.

9.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Egen sjukdom, med ibland långvarig rehabilitering, eller allvarlig sjukdom hos närstående kan leda till oro, minskad känsla av kontroll, framtidstro och trygghet. Detta gäller särskilt de som drabbats hårdast av pandemin.

9.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Motsägelsefull information och osäkerheter i bedömningar av pandemin, smittspridningen och hur länge den kommer vara kan leda till minskad känsla av kontroll, trygghet och framtidstro, samt minskad tillit och delaktighet i samhället. En alarmistisk samhällsdebatt kan leda till stigmatisering av riskgrupper och påverka tilliten i samhället negativt.

Permitteringar, arbetslöshet och konkurser kan leda till ekonomiska problem och oro inför framtiden, vilket kan påverka tilltron till den egna förmågan, hoppet och framtidstron. Det kan leda till såväl ökad psykisk ohälsa som sårbarhet för kroppslig sjukdom.

Inställda fritidsaktiviteter och minskat föreningsliv ger färre möjligheter för socialt umgänge och socialisering. Detta påverkar särskilt sårbara grupper, exempelvis ungdomar då de är i en fas i livet när samspel med andra och socialisering är särskilt viktigt.

Minskad möjlighet att träffa anhöriga och vänner leder till ökad social isolering och ofrivillig ensamhet vilket är en riskfaktor för sjukdom. Fysisk närhet och kontakt i vardagen är viktigt för människors hälsa, då det bland annat stimulerar immunförsvaret och motverkar stress. Vid besöksförbud på äldreboenden ökar risken för depression och genom det risken för förtida död.

Utsatthet för våld i nära relationer och övergrepp riskerar att öka på grund av isolering och ökad tid i hemmet.

Pandemin har gett upphov till många medmänskliga initiativ såsom grannsamverkan och digitala mötesplatser, vilka kan leda till ökad tillit mellan människor. Det finns också en rad rapporter om positiva erfarenheter av att få mer tid, att sänka livstempot och få nya perspektiv.

9.3 Utvecklingsområden

- Skapa hållbara stödinsatser till de som behöver:
 - Utveckla samverkan mellan olika aktörer (primärvård, arbetsförmedling, försäkringskassa, socialtjänst och civilsamhälle) för personer med arbetslöshet, otrygghet eller ekonomiska problem, för att öka delaktighet, trygghet och tillit.
 - Arbeta konsekvent med att uppmärksamma våld i nära relationer på alla arbetsplatser, exempelvis genom att regelbundet ta upp det på arbetsplatsträffar och i medarbetarsamtal.
- Rusta och stärk psykologiska resurser hos invånarna i Östergötland genom att
 - Utbilda profession och befolkning i krisberedskap på olika nivåer, för att öka den psykologiska beredskapen för framtida samhällsutmaningar.
 - Inför ”livskunskap” i skolan med samtal om värderingar, förändringar och motgångar. Utveckla även färdighetsträning i psykologiska resurser och copingförmåga, särskilt för barn och unga men även för föräldrar.
 - Beslutsfattare behöver fortsätta vara synliga och kommunicera med allmänheten då det ökar trygghet och minskar ryktesspridning och desinformation.
- Utveckla hälsofrämjande livsmiljöer genom att
 - Verka för att ta tillvara de positiva erfarenheterna av ökad medmännisklighet, reflektion, sänkt livstempo samt ökade möjligheter att kommunicera digitalt.
 - Värna och utöka satsningar på kultur- och naturupplevelser, fritidsaktiviteter och föreningsliv för ökade möjligheter till återhämtning, empowerment och social gemenskap.
 - Utveckla insatser för att minska ensamhet och öka känslan av sammanhang bland ”yngre äldre” såväl som ”äldre äldre”. Ett sätt kan vara införandet av konceptet Act-Belong-Commit (ABC är en forskningsbaserad metod för att främja psykisk hälsa i befolkningen), ett annat kan vara aktiviteter på äldreboenden.

10 Målområde 8 – En jämlik och hälsofrämjande hälso- och sjukvård

En jämlik och hälsofrämjande hälso- och sjukvård är hälsoorienterad och har målet jämlik vård och hälsa. Det innefattar tillgänglighet anpassad för att motsvara olika behov, personcentrerade och hälsofrämjande vårdmöten och en hälsofrämjande vårdmiljö. Det innefattar också ett systematiskt sjukdomsförebyggande arbete där rådgivande samtal om levnadsvanor till patienter ingår. Likaså att skapa en hälsofrämjande arbetsmiljö för medarbetarna, ta initiativ till och medverka i befolkningsinriktade hälsoinsatser. Inte minst är det viktigt att utveckla ledning, styrning och organisering som skapar förutsättningar för en jämlik och hälsofrämjande hälso- och sjukvård.

10.1 Direkta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Pandemin har orsakat en mycket hög arbetsbelastning för stora delar av vård- och omsorgspersonalen som även löper en ökad risk för egen sjukdom. Övrig hälso- och sjukvård har

nedprioriterats och framskjuten vård (till exempel operationer) har skapat längre köer med en vård- och rehabiliteringsskuld som följd. Nedprioritering av förebyggande insatser som exempelvis hälsosamtal kan leda till en hälsoskuld. Ändrade sökmönster där patienter undviker att söka vård på grund av rädsla för att bli smittade eller att belasta vården kan leda till att sjukdom förvärras eller upptäcks sent. Tillsammans skapar detta ett ökat behov av att sprida kunskap och hälsoinformation så att den kan nås och förstås av alla.

En rad nya lösningar som skapats i verksamheten såsom snabbare omställning till digitala vårdmöten, mobila vårdteam som gör hembesök och ökad samverkan mellan olika verksamheter är positivt. Likaså ett ökat intresse för att arbeta inom vården.

10.2 Indirekta konsekvenser av Covid-19 på målområdet

Insatser för att minska smittspridningen kan påverka människors ekonomi och arbetsförhållanden. Det kan, tillsammans med oro över framtiden samt ofrivillig ensamhet, leda till psykisk ohälsa och ett ökat vårdbehov.

10.3 Utvecklingsområden

- Patientperspektivet
 - Utveckla anpassade sökvägar till vård och ta vara på den ökade digitala mognad som pandemin gett, för att öka tillgänglighet och effektivitet.
 - Fortsätt den systematiska samverkan inom vården och mellan samhällets aktörer som utvecklats under pandemin och ta tillvara nya arbetssätt och lösningar, såsom hembesök och områdesservice i utsatta områden.
 - Utveckla multiprofessionell kompetens och samverkan mellan olika aktörer (primärvård, arbetsförmedling, försäkringskassa och socialtjänst) för personer med Covid-19 och rehabiliteringsbehov, exempelvis genom rehabiliteringsplaner eller Samordnad Individuell Plan (SIP).
 - Utveckla det personcentrerade förhållningssättet samt öka kompetensen kring en hälsolitterat organisation genom att förmedla information så att den når fram till alla kulturer, språk och grupper.
 - Fortsätt med hälsokommunikatörernas telefonlinje på olika språk.
 - Stärk och utveckla förebyggande insatser med rådgivande samtal om levnadsvanor till patienter så att det blir en integrerad del i verksamheten och optimerar patientens vård.
- Medarbetarperspektivet
 - Värna hälsa och arbetsmiljö för att behålla medarbetare och ta vara på det ökade intresset för arbete inom vården och attrahera nya medarbetare.
 - Skapa en plan, i samråd med professionen, för hur de ökade vårdköerna ska hanteras.
- Befolkningsperspektivet
 - Utveckla arbetet med primärvårdens områdesansvar och ge stöd till områdesanalys för att anpassa behandlande, hälsofrämjande och förebyggande insatser utifrån behov.
 - Utveckla arbetet med riktade hälsosamtal.

- Utveckla samverkan med äldreomsorgen för att förebygga ensamhet bland äldre.
- Utveckla insatser för att stärka den psykiska och fysiska hälsan i Östergötlands befolkning, som exempelvis Mind//Shift och Sätt Östergötland i rörelse.
- Organisationsperspektivet
 - Utveckla styrning och ledning med uttalade uppdrag avseende förebyggande, främjande och jämlik vård och hälsa samt ställ samverkan som krav i uppdragsbeskrivningar och ersättningssystem där så är lämpligt.

11 Vägen framåt – gå stärkt genom krisen

Denna konsekvensanalys visar att Covid-19 pandemin slår mycket ojämnt i Östergötland liksom i Sverige och internationellt. Såväl direkta konsekvenser av Covid-19 som indirekta hälsokonsekvenser av de smittbegränsande insatserna skiljer sig åt beroende på människors livsvillkor.

Det är viktigt att ta vara på den insikt om samband mellan människors livsvillkor och hälsa som Covid-19 pandemin skapat och nu utveckla arbetet för jämlika livsvillkor och minskad sårbarhet både under och efter pandemin.

Det är också viktigt att ta till vara på allt positivt som skett denna period, såsom ökat samarbete, flexibilitet för omställning och stor medmänsklighet. Det kan, tillsammans med den ökade krismedvetenheten, möjliggöra en gemensam kraftsamling för att nu genomföra nödvändiga insatser. Detta för att stärka och rusta samhället inför pågående och framtida samhällsutmaningar och för att minska hälsoklyftor och skapa hållbara samhällen.

12 Litteratur

Folkhälsopolitikens åtta målområden. *Folkhälsomyndigheten*.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsoarbete/folkhalsopolitikens-mal/de-atta-malomradena-inom-folkhalsopolitiken/>

Har hälsan blivit bättre? *Region Östergötland*.

<https://www.regionostergotland.se/Regional-utveckling/Folkhalsa/Folkhalsorapporten-2019/>

Jämlikhetskommissionen, En gemensam angelägenhet SOU 2020:46. Regeringskansliet

<https://www.regeringen.se/rattsliga-dokument/statens-offentliga-utredningar/2020/08/sou-202046/>

Rapporter om Covid-19. Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin.

<https://ces.sll.se/var-verksamhet/rapporter-och-faktablad/rapporter-om-covid-19/>