

Undersökning visar stor ökning stress och oro efter Corona

Över 4000 personer har deltagit i hälsoföretaget Papillys undersökning av hur Corona-pandemin har påverkat det psykiska måendet och svaret är tydligt: hela två tredjedelar upplever en ökad stress och oro.

– Detta är alarmerande. Corona-pandemin har tvingat oss att ändra på hur vi lever och då är det naturligt att stressen ökar, men det verkar vara värre än jag hade väntat mig. Livet stannar upp och det kommer att krävas stora generella insatser från samhället för att hjälpa människor att ta sig vidare post Covid, säger Papillys forskningschef, psykologen Anders Tengström, som har utfört undersökningen.

Totalt svarade 4400 personer mellan 15 och 80 år, flest kvinnor, på enkäten som var tillgänglig på företagets webbplats och via annonser 19 november-31 december.

Det är främst i förändrade relationsmönster som påfrestningarna upplevs som störst enligt undersökningen. Man lider av att vara tvingad till mer tid hemma – i ensamhet eller tätt inpå familjemedlemmar – och att inte kunna träffa andra alls.

– Människor är flockdjur och behöver träffa andra på sina egna villkor för att må bra. Vi ser en grupp som faktiskt trivs med att vara mer ensamma och sköta sig själva, men de flesta saknar vardagslivet och rapporterar ökad stress med symptom som ångest, oro och nedstämdhet. Företagen behöver vara beredda när medarbetarna kommer tillbaka med olika erfarenheter av tiden hemma och med olika mående, säger Anders Tengström.

Stressrelaterad ohälsa har varit en av de vanligaste sjukskrivningsorsakerna under senare år. Det kostar samhället och företagen stora belopp och orsakar mycket personligt lidande.

– Nu ser vi en massiv ökning av upplevd stress som lägger sig ovanpå det dåliga måendet som redan finns i samhället – och konsekvenserna av det är inte kända, för vi har inte upplevt något liknande i modern tid. Vi vet inget om effekterna över tid eller hur återhämtningskurvorna ser ut, men det kommer helt klart att behöva skapas nya sociala sammanhang för att hjälpa dem som tappat fotfästet att ta sig tillbaka, säger Anders Tengström.

Se vidare sammanfattning på Papillys hemsida under nyheter.

För mer information:
Anders Tengström
Forskningschef Papilly
anders.tengstrom@papilly.com
076-631 80 49

Papilly har som affärsidé att utveckla och tillhandahålla forskningsbaserade helhetslösningar, som hjälper arbetsgivare och privatpersoner att effektivt förebygga och minska stressrelaterad psykisk ohälsa. Bolagets mission är att med stöd i forskning utveckla och tillhandahålla tjänster och digitala program, för att hjälpa människor att nå ökat välmående och förbättrad livskvalitet. Tjänsterna är utvecklade i samverkan med ledande forskare från Karolinska Institutet. Bolagets aktie är noterat vid NASDAQ First North Growth Market.