



Folkhälsomyndigheten gör årligen en nationell studie om befolkningens hälsa. Bilden av folkhälsans utveckling är i många avseenden positiv men ett undantag är den psykiska ohälsan som tycks öka.

Depression och ångest stora folksjukdomar

Depression och ångest tillhör de stora folksjukdomarna och drabbar människor i alla åldrar. Risken att insjukna i en depression någon gång i livet är 36% för kvinnor och 23% för män. En fjärdedel av befolkningen drabbas någon gång av ett ångestsyndrom. Personer som lider av ångest och depression har ofta en nedsatt psykisk funktionsförmåga som i många fall kan leda till sjukskrivningar och nedsatt livskvalitet. Sjukdomsförloppet kan vara långdraget. I svårare fall finns det också risk för självdestruktiva handlingar.

Både depression och ångestsyndrom behandlas i huvudsak med antidepressiva läkemedel och olika former av psykologisk behandling. Socialstyrelsen konstaterar dock att i dagens hälso- och sjukvård motsvarar inte tillgången till psykologisk behandling behovet i tillräcklig omfattning. I princip bör alla personer med lindriga och medelsvåra tillstånd av egentlig depression och ångestsyndrom kunna erbjudas psykologisk behandling, till exempel KBT.

Behandling med antidepressiva läkemedel har bäst effekt vid svårare depressioner. Efterlevnad av de nationella riktlinjerna skulle innebära en ökad kostnad för hälso- och sjukvården. Samtidigt har nettokostnaderna för psykiatrisk vård under de senaste åren inte ökat i samma utsträckning som kostnaderna för specialiserad somatisk vård. Ökad tillgång till psykosociala insatser i primärvården där de lämpliga patienterna finns, skulle kunna vara en bra början.

Förskrivning av antidepressiva

Förskrivningen av antidepressiva läkemedel har ökat i hela befolkningen, sedan 2006 med 25%. 2018 fick mer än en miljon svenskar, det vill säga var tionde svensk, recept på antidepressiva läkemedel.

Risken för psykisk ohälsa är högre bland dem som är 65 år eller äldre och användandet av antidepressiva har legat högt i den här gruppen under många år. I gruppen kvinnor över 85 år hämtade var tredje kvinna något antidepressivt läkemedel under 2018 jämfört med en dryg femtedel av männen i samma ålder.

Störst procentuell ökning har dock skett bland unga upp till 19 år och framförallt bland flickor. Risk/nytta-förhållandet vid behandling med antidepressiva är dock minst fördelaktigt i gruppen unga och äldre.

Påverkan på miljön

Under senare tid har man upptäckt höga halter av antidepressiva läkemedel, både SSRI, SNRI och andra psykofarmaka, i våra vattendrag. Nivåerna rapporteras ha påverkan på vattenlevande organismer. Vissa av dem kan kopplas till ett stort beteendemönster exempelvis hos fisk. Detta är ytterligare ett argument för att använda antidepressiv behandling med respekt för både människa och natur. En ökad tillgång till psykologisk behandling för patienter som är motiverade och har lättare symtom är ett bra terapeutisk val men också ett bra val miljömässigt. Viktigt att kontinuerligt utvärdera effekt, biverkningar och nytta med fortsatt behandling med psykofarmaka, inte minst i gruppen äldre. Likaså angeläget att erbjuda lämpliga patienter samtal.

Expertgrupp Psykiatri

Adina Velica

adina.velica@regionvastmanland.se

Länkar:

[Nationella Riktlinjer Vård vid depression och ångestsyndrom](#)
[Vård vid depression och ångestsyndrom Utvärdering 2019](#)
[Miljöbelastande läkemedel, Janusinfo](#)

Miljö

Substans	Motiveringar Mätningar avser Sverige om inget annat anges.	Åtgärdsförslag Observera att patientens bästa alltid går i första hand, se rekommenderade läkemedel i Basläkemedel 2020. För flera miljöbelastande substanser har miljöutredningar genomförts för jämförbara alternativ av Region Stockholm.
Flupentixol	Utifrån uppmätta halter i ytvatten beräknas flupentixol kunna ansamlas i fisk till terapeutiska koncentrationer.	Flupentixol rekommenderas inte i Basläkemedel 2020. Ett alternativ vid nyinsättning kan vara aripiprazol (är bättre från miljösynpunkt än flupentixol).
Haloperidol	Haloperidol har uppmätts i vild fisk och fisk exponerad för renat avloppsvatten i nivåer nära terapeutiska koncentrationer hos människa. Det stöds av ämnets fettlöslighet och uppmätta koncentrationer i ytvatten.	Haloperidol rekommenderas inte i Basläkemedel 2020. Ett alternativ vid nyinsättning till patienter med schizofreni kan vara aripiprazol (är bättre från miljösynpunkt än haloperidol).
Risperidon	Uppmätta halter i vild fisk motsvarar terapeutiska koncentrationer hos människa, vilket stöds av ämnets fettlöslighet och uppmätta halter i avloppsvatten.	Risperidon rekommenderas inte i Basläkemedel 2020. Ett alternativ vid nyinsättning till patienter med schizofreni kan vara aripiprazol (är bättre från miljösynpunkt än risperidon).
Diazepam	Halter av diazepam i vattendrag är låga och bedöms ej medföra någon risk. Diazepam metaboliseras dock till viss del till oxazepam som i sin tur finns i halter som medför risk för miljöpåverkan. Därför kan användning av diazepam bidra till risken.	Diazepam rekommenderas inte i Basläkemedel 2020. Långverkande bensodiazepiner, exempelvis diazepam tabletter, bör undvikas till äldre.
Oxazepam	Har uppmätts i miljön i halter mycket nära de koncentrationer som påverkar beteendet hos fisk. Uppmätt i vild fisk i halter som kan kopplas till stort beteendemönster.	Icke farmakologisk behandling, KBT, sätts in i första hand ensamt eller i kombination med läkemedel. Oxazepam rekommenderas inte i Basläkemedel 2020 förutom vid tillfällig behandling av orostillstånd hos äldre. I första hand rekommenderas prometazin, alimemazin eller hydroxizin. Prometazin är bättre från miljösynpunkt än oxazepam. För alimemazin gör ett osäkert bedömningsunderlag att det inte går att avgöra om det är fördelaktigt ur ett miljöperspektiv. För hydroxizin saknas data.
SSRI/SNRI	Halter i miljön av flera SSRI/SNRI överstiger de koncentrationer som rapporterats ha påverkan på vattenlevande organismer, särskilt ryggradslösa djur.	I första hand sätts icke farmakologisk behandling och/eller åtgärder in (t.ex. KBT och fysisk aktivitet) ensamt eller i kombination med läkemedel vid behandling av depression. Undvik överkonsumtion av alkohol. Från miljösynpunkt finns det en riskbild för såväl rekommenderade läkemedel (escitalopram, fluoxetin, venlafaxin och sertralin) som för sådana som inte rekommenderas. För substanser där det finns god information om miljörisken innebär det ingen uppenbar förbättring att byta ut en substans mot en annan. För övriga substanser är osäkerheten kring miljörisken för stor för att byte ska kunna rekommenderas från miljösynpunkt. Undvik slentrianmässig förskrivning av SSRI-preparat (exempelvis escitalopram/citalopram). Utvärdera och ompröva behandlingen med SSRI-preparat. Kan läkemedlet sättas ut?
Citalopram, escitalopram	Koncentrationer av citalopram i fisk exponerad för renat avloppsvatten motsvarar terapeutiska nivåer hos människa.	Citalopram rekommenderas inte i Basläkemedel 2020. Istället rekommenderas escitalopram. Startförpackning för escitalopram finns inom förmånen.
Fluoxetin	Fluoxetin har uppmätts i vild fisk, dock i sådana koncentrationer som motsvarar sub-terapeutiska nivåer hos människa.	Fluoxetin rekommenderas i Basläkemedel 2020. Startförpackning finns inom förmånen.
Sertralin	Sertralin har hittats i vild fisk i koncentrationer nära terapeutiska nivåer hos människa.	Sertralin rekommenderas i Basläkemedel 2020. Startförpackning finns inom förmånen.
Venlafaxin	Venlafaxin har hittats i fisk exponerad för renat avloppsvatten, dock i halter under terapeutiska nivåer hos människa.	Venlafaxin rekommenderas i Basläkemedel 2020. Startförpackning finns inom förmånen.