

Utvärdering av DISA – ett program för att förebygga depressiva symtom hos ungdomar

Huvudförfattare

Eva K Clausson

Medförfattare

Pernilla Garmy

Pernilla Garmy^{a,b}, Eva K Clausson^a, Agneta Berg^a, Katarina Steen Carlsson^b, och Ulf Jakobsson^b

^a Fakulteten för Hälsovetenskaper, Högskolan Kristianstad

^b Medicinska fakulteten, Lunds universitet

Bakgrund

Den psykiska ohälsan har ökat bland ungdomar de senaste decennierna särskilt bland flickor. Det är därför angeläget att vetenskapligt utvärdera program som förebygger psykisk ohälsa. DISA är ett skolbaserat program som bygger på tekniker hämtade från kognitiv beteendeterapi. Programmet ges under skoltid, vid ett tillfälle á 2 timmar i veckan under 10 veckor.

Syfte

Att undersöka användbarheten och kostnadseffektiviteten av det skolbaserade programmet DISA som syftar till att förebygga stress och depressiva symtom hos ungdomar.

Metod

En kontrollerad, ej randomiserad studie med jämförelsegrupp (CCT) genomfördes i sex kommuner i södra Sverige. Mätningar genomfördes vid start och avslut av DISA-programmet, samt efter ett år. Deltagande elever gick i årskurs 8 (medianålder: 14 år). 462 elever deltog i DISA (79% flickor) och 486 elever gick i jämförelseskolor (46% flickor). Programmet leddes av skolsköterskor, kuratorer eller lärare på skolorna.

Resultat

Självskattade depressiva symtom minskade och den självskattade hälsan ökade hos de elever som deltagit i DISA i signifikant större utsträckning än hos de som inte deltagit i DISA.

Slutsats

Resultatet tyder på att DISA minskar depressiva symtom och stärker ungdomars självskattade hälsa, samt att kostnaden är låg i förhållande till dess effekt. Dessa analyser indikerar att DISA kan anses vara kostnadseffektivt.

Referens:

Garmy, P., Clausson, EK., Berg, A., Steen Carlsson K., Jakobsson, U. (2017) Evaluation of a school-based cognitive behavioral depression prevention program. *Scand J Public Health*. doi: 10.1177/1403494817746537. [Epub ahead of print]

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29226799>