

**NIJZ**

Nacionalni inštitut  
za **javno zdravje**



**SI-PANDA**

Raziskava o vplivu  
pandemije na življenje

# Vpliv pandemije covid-19 na življenje

*Izsledki raziskave SI-PANDA*

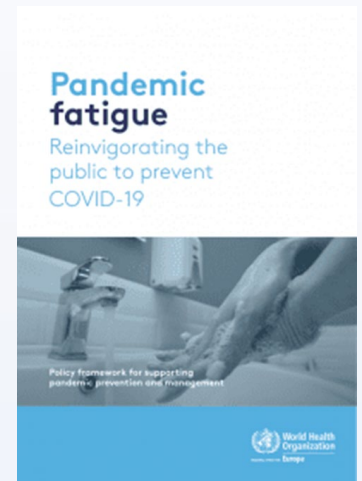
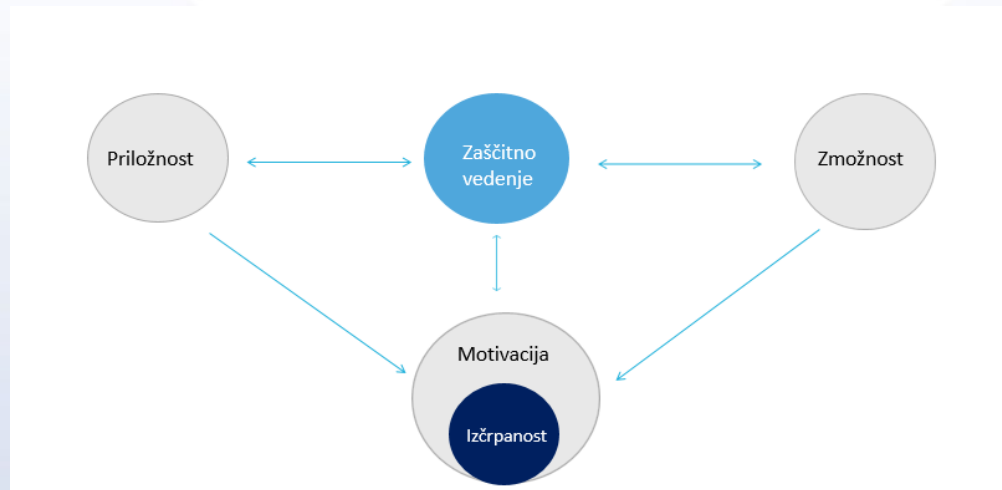
Ada Hočevar Grom, dr. med. spec. MDPŠ in javnega zdravja

[ada.hocevar@nijz.si](mailto:ada.hocevar@nijz.si)

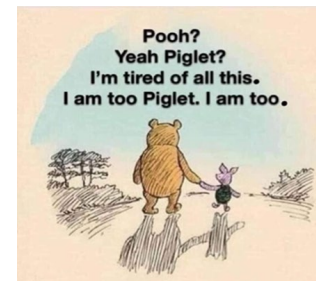
# PANDEMIJA – SINDEMIJA - INFODEMIJA



## PANDEMSKA IZČRPANOST



# Pandemska izčrpanost



Alan Alexander Milne: Medvedek Pu, 1926

- Naraven in pričakovan odziv na dolgotrajno javnozdravstveno krizo, ki zahteva izvajanje ukrepov, ki bistveno posegajo v vsakdan posameznika.
- Pomanjkanje motivacije za upoštevanje priporočenih samozaščitnih vedenj, ki se pojavi postopoma in na katero vplivajo čustva, izkušnje in stališča.
- Demotivacija se kaže kot zmanjšanje zavedanja o tveganjih, vezanih na covid-19, nepripravljenost za informiranje in neizvajanje samozaščitnih vedenj.
- Ogroža uspešnost ukrepov za preprečevanje širjenja okužbe z virusom SARS-CoV-2.



# Strategije

Razumevanje  
ljudi

Vključevanje  
ljudi

Normalno  
življenje ob  
zmanjšanju  
tveganja za  
prenos okužbe

Priznavanje  
in  
naslavljanje  
stisk ljudi

# Načela

Transparentnost

Pravičnost

Doslednost

Usklajenost

Predvidljivost

# Raziskava SI-PANDA

- Raziskava o vplivu pandemije covid-19 na življenje ljudi oziroma o pandemski izčrpanosti.
- Med osebami starimi med 18 in 74 let kot spletna panelna anketna raziskava v devetnajstih ponovitvah s pričetkom 4. 12. 2020.
- Prvih dvanajst ponovitev se je izvajalo enkrat na dva tedna (do 9.5. 2021), drugih sedem ponovitev pa enkrat mesečno (do 10.12.2021).
- Podlaga je vprašalnik Svetovne zdravstvene organizacije (SZO), ustrezno prilagojen razmeram v Sloveniji in bo omogočal tudi mednarodno primerjavo.
- Dodatna aktualna vprašanja, osvetljene teme.

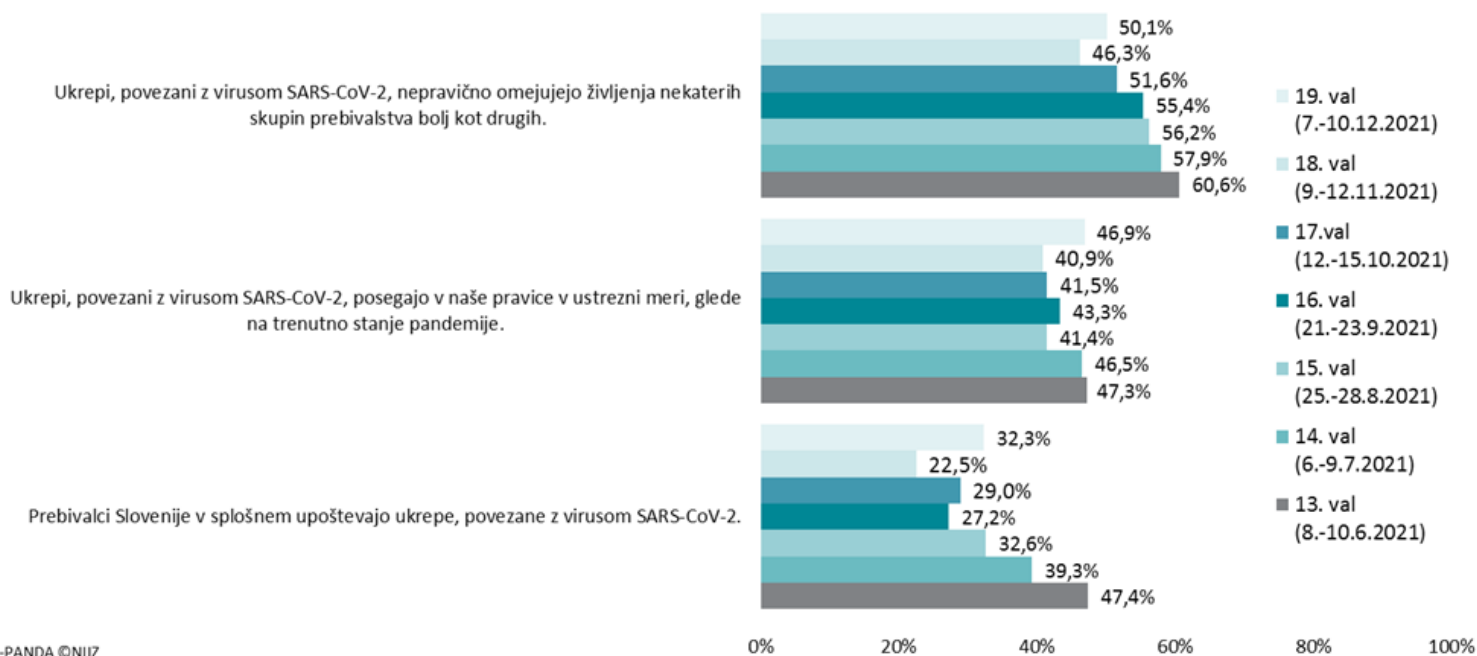
# Raziskava SI-PANDA – kaj nam pove?

Predstavljene bodo nekatere ugotovitve o tem:

- kako so se Slovenci odzivali na pandemijo covida-19 oz. uvedene ukrepe (cepljenje),
- kako je pandemija covida-19 vplivala na življenjski slog Slovencev,
- kakšno breme je dolgotrajni covid.

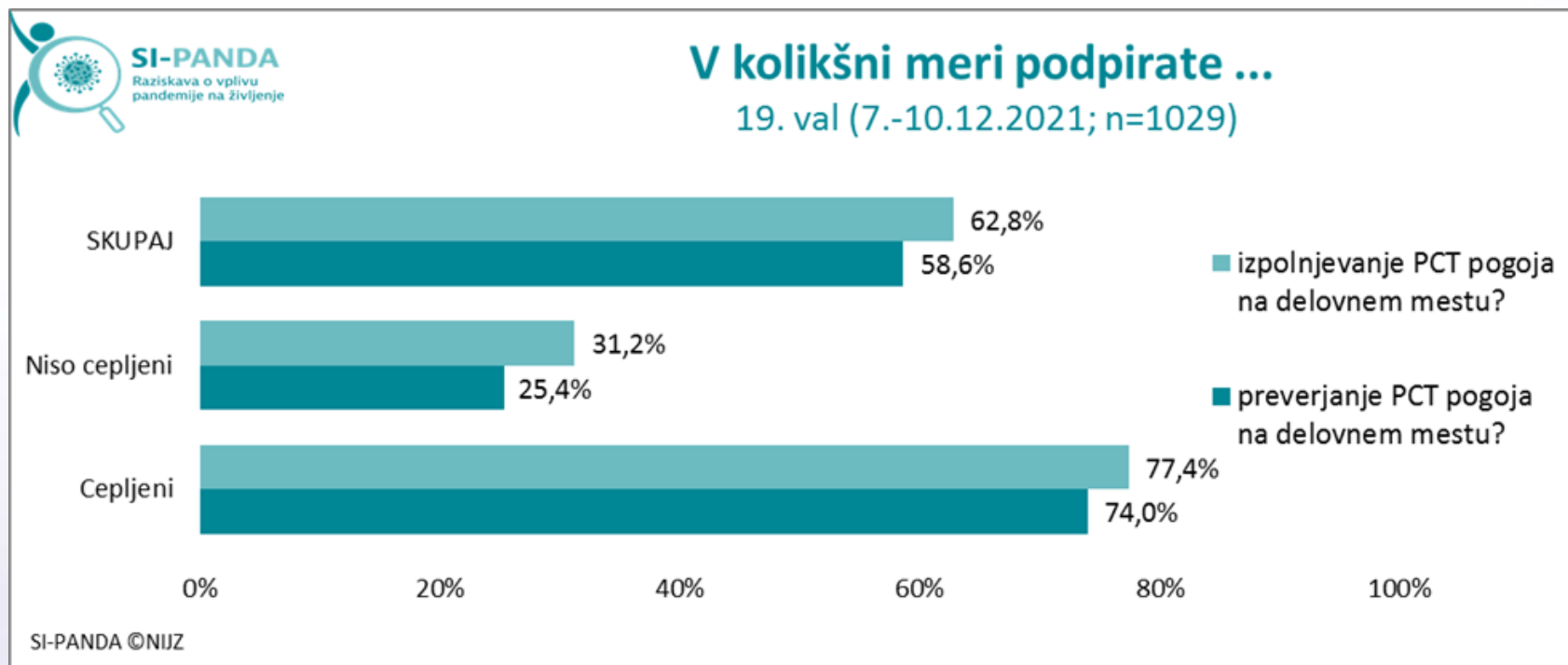
# Podpiranje ukrepov

## Strinjanje o ukrepih/dejanjih v povezavi s covidom-19



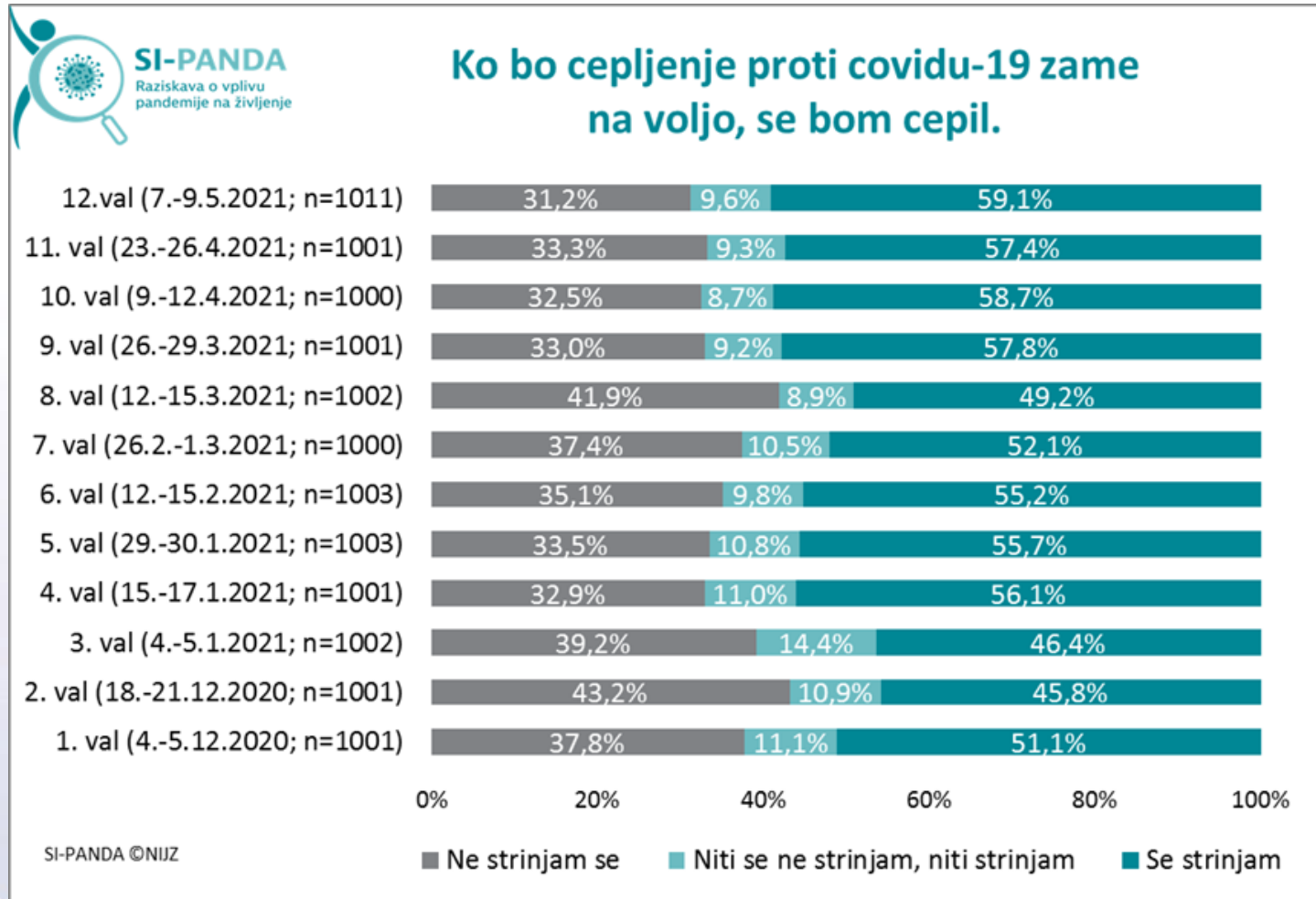
SI-PANDA ©NIJZ

# Podpiranje ukrepov

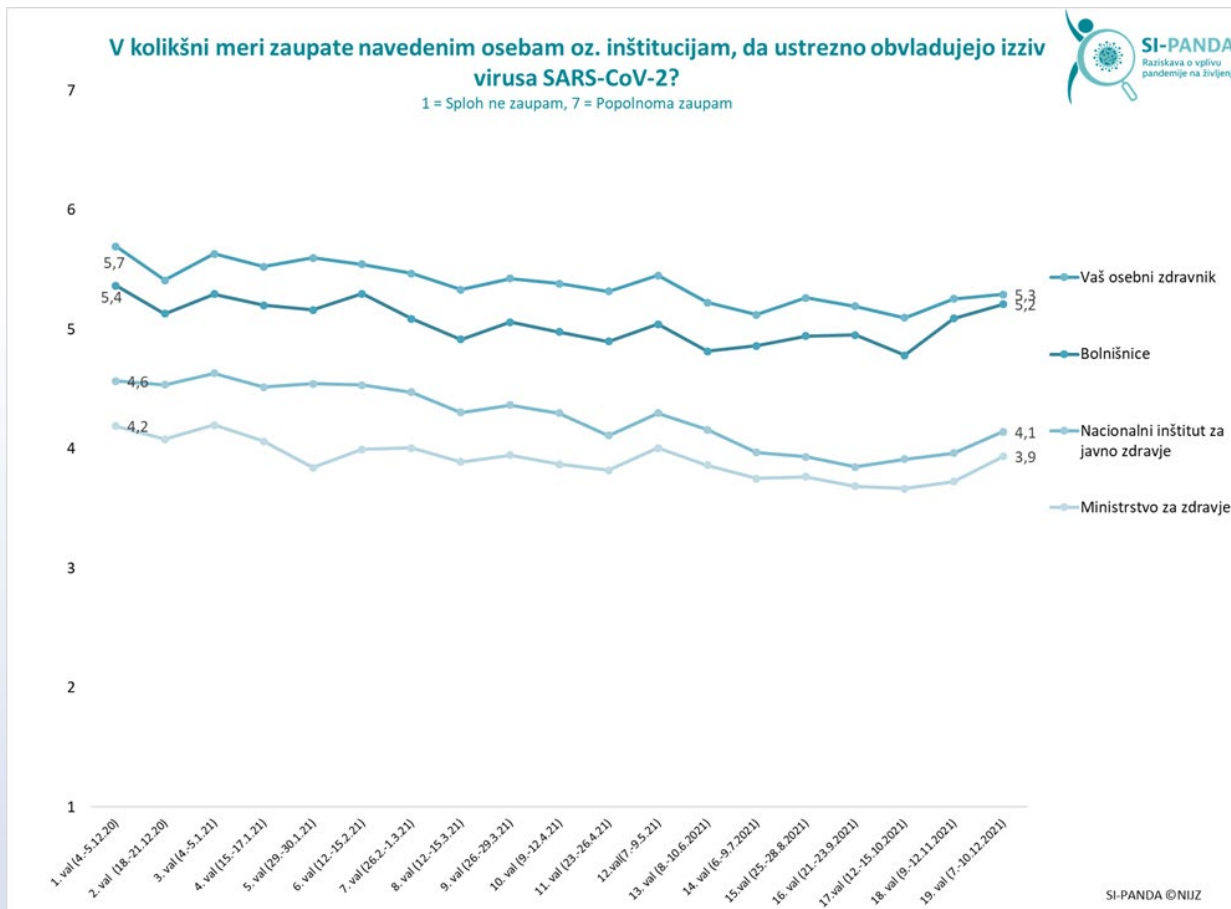




# Pripravljenost za cepljenje proti covidu-19 je bila ves čas raziskave dokaj stabilna.



# Zaupanje v strokovnjake in institucije je pomembno.



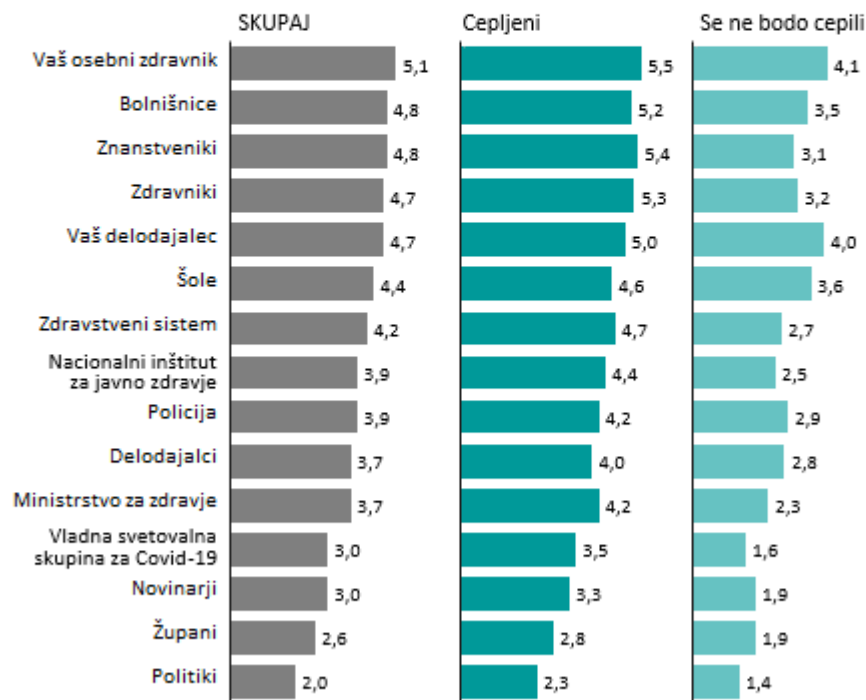
# Cepljene osebe bolj zaupajo osebam oz. institucijam kot tisti, ki se ne nameravajo cepiti.



## V kolikšni meri zaupate navedenim osebam oz. inštitucijam, da ustrezno obvladujejo izziv virusa SARS-CoV-2?

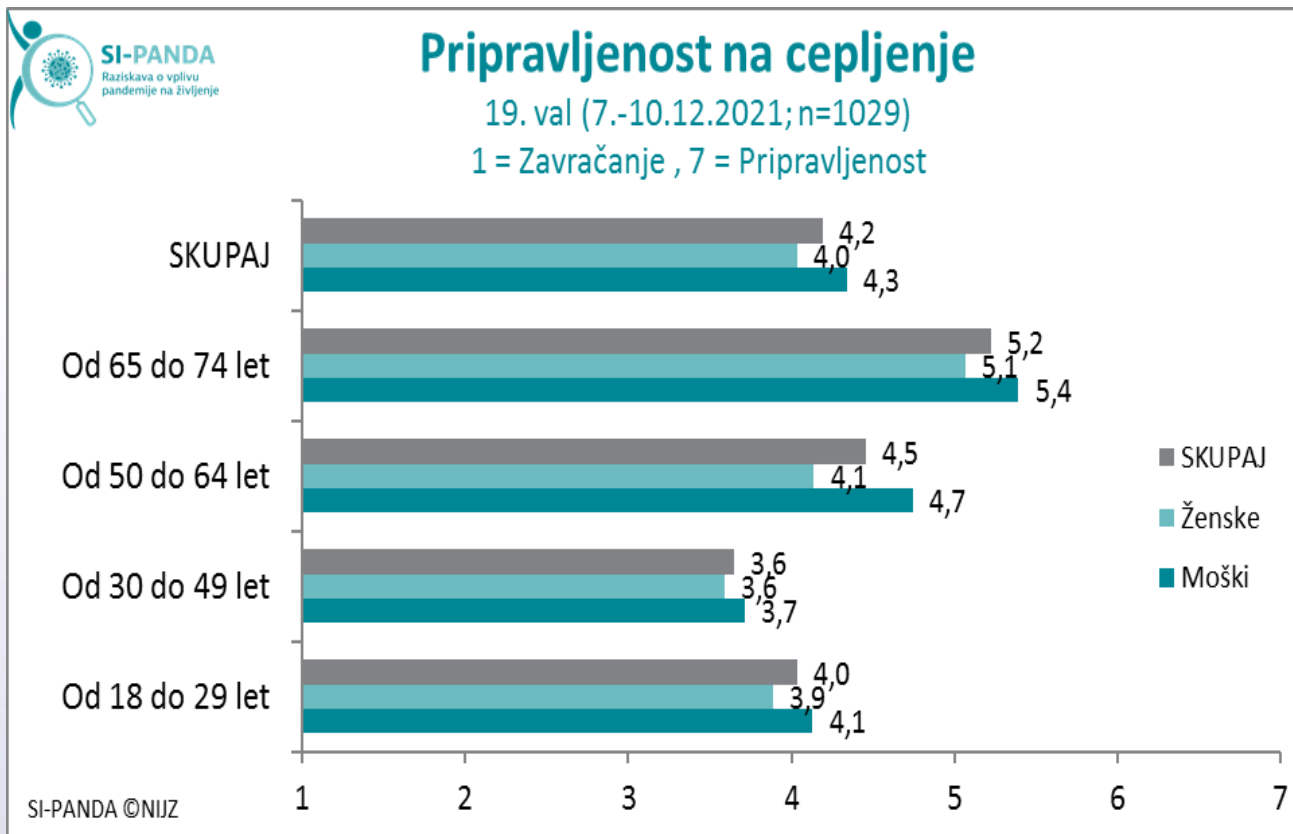
17. val (12.-15.10.2021; n=1022)

1= Sploh ne zaupam, 7= Popolnoma zaupam

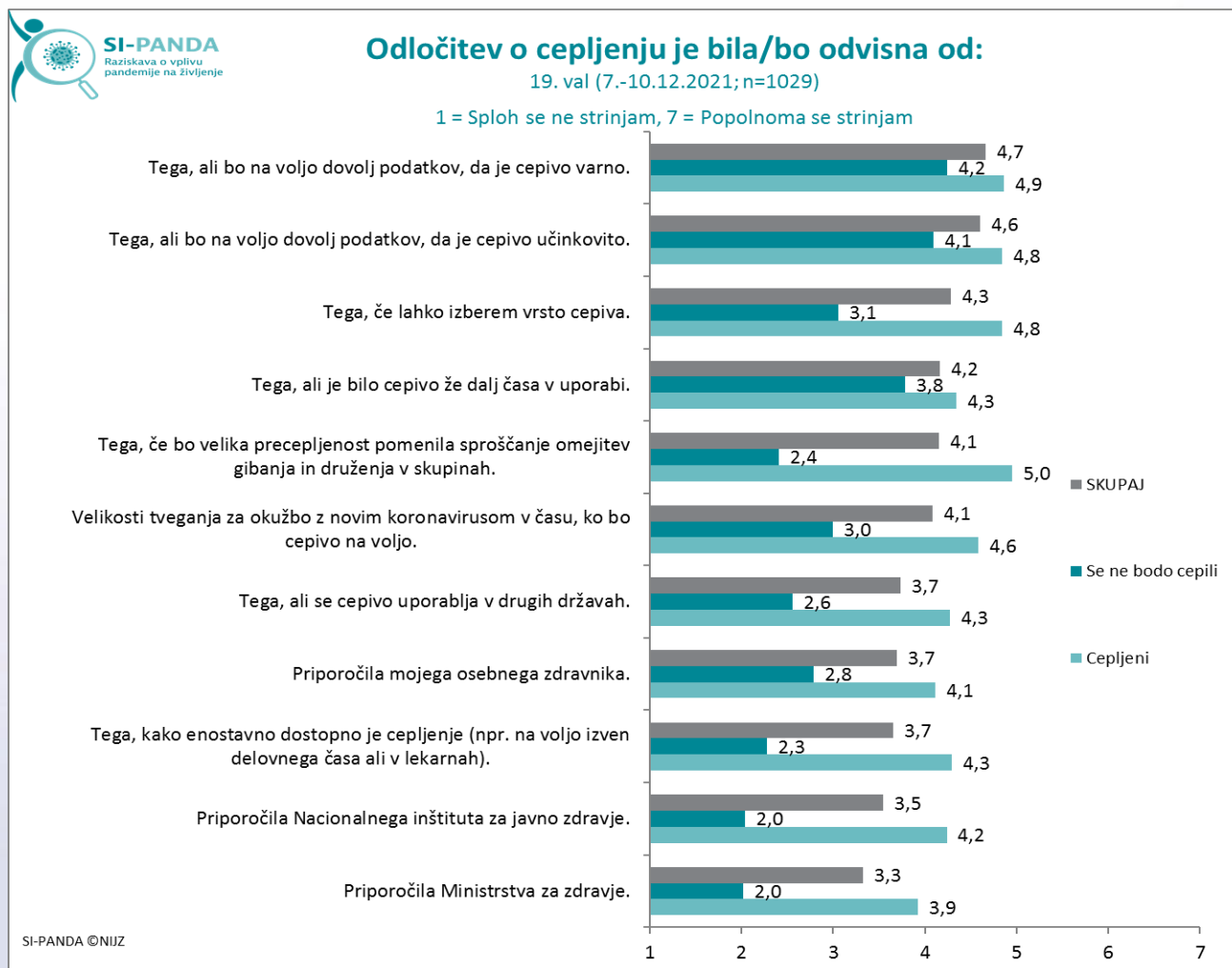


SI-PANDA ©NIJZ

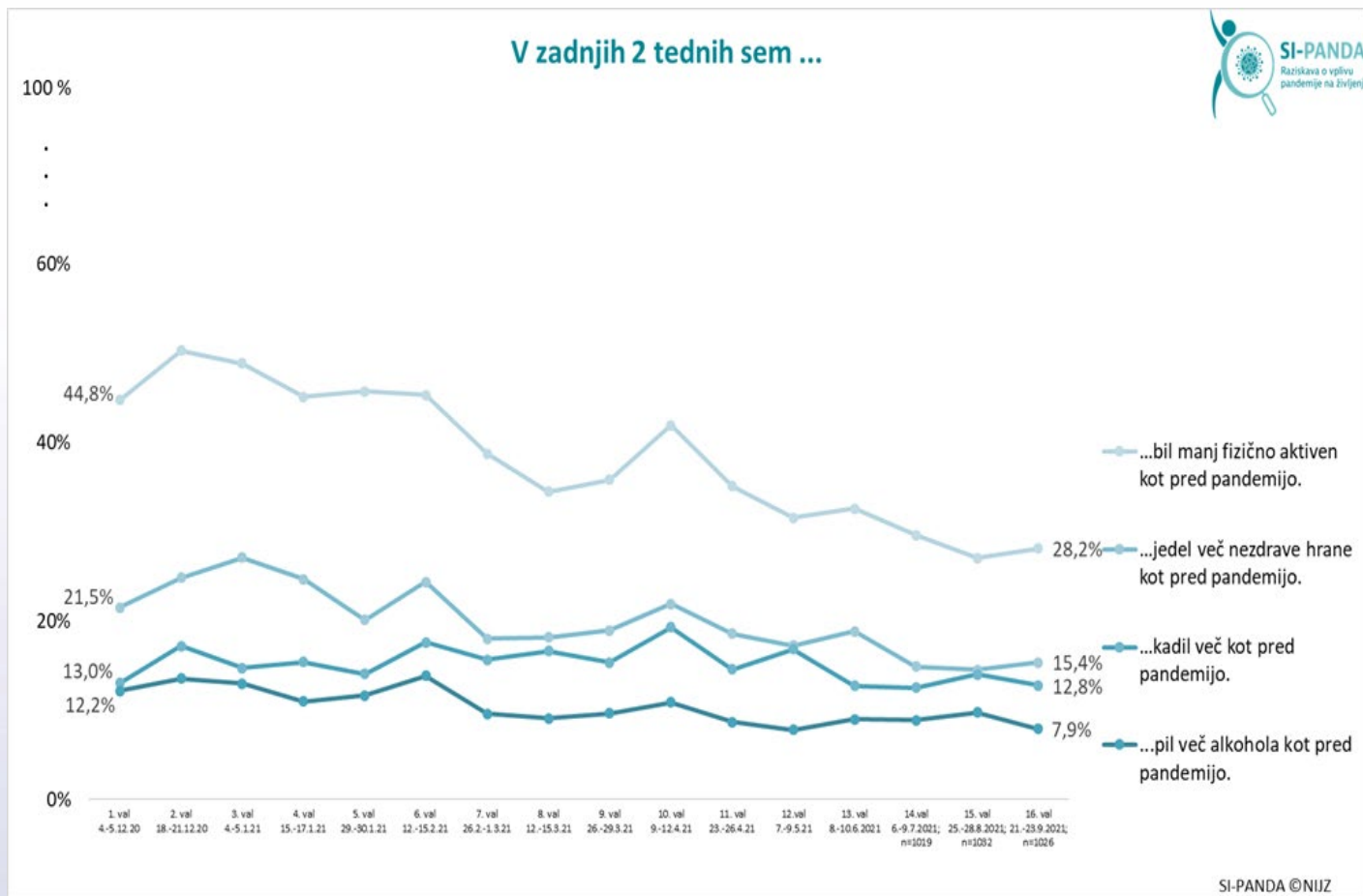
# Pripravljenost za cepljenje narašča s starostjo in je večja pri moških.



# Varnost, učinkovitost cepiv in izbira vrste cepiva so ključni pri odločitvi za cepljenje.



# Življenjski slog prebivalcev Slovenije se je poslabšal.



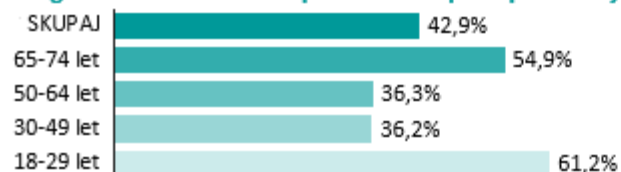
# Poslabšanje življenjskega sloga je še posebej izrazito pri mladih.



## V zadnjih 2 tednih sem ...

19. val (07.-10.12.2021; n=1022)

### ...več časa presedel pred televizijo, računalnikom ali drugimi elektronskimi napravami kot pred pandemijo



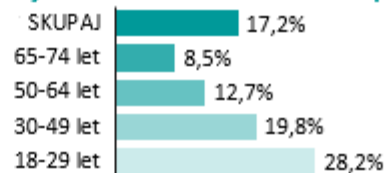
### ...bil manj fizično aktiven kot pred pandemijo



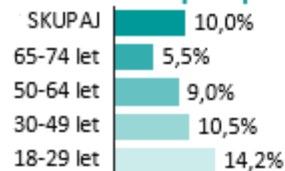
### ...se izogibal obisku zdravnika zaradi težave, ki ni povezana s SARS-CoV-2



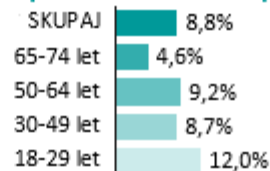
### ...jedel več nezdrave hrane kot pred pandemijo



### ...kadil več kot pred pandemijo

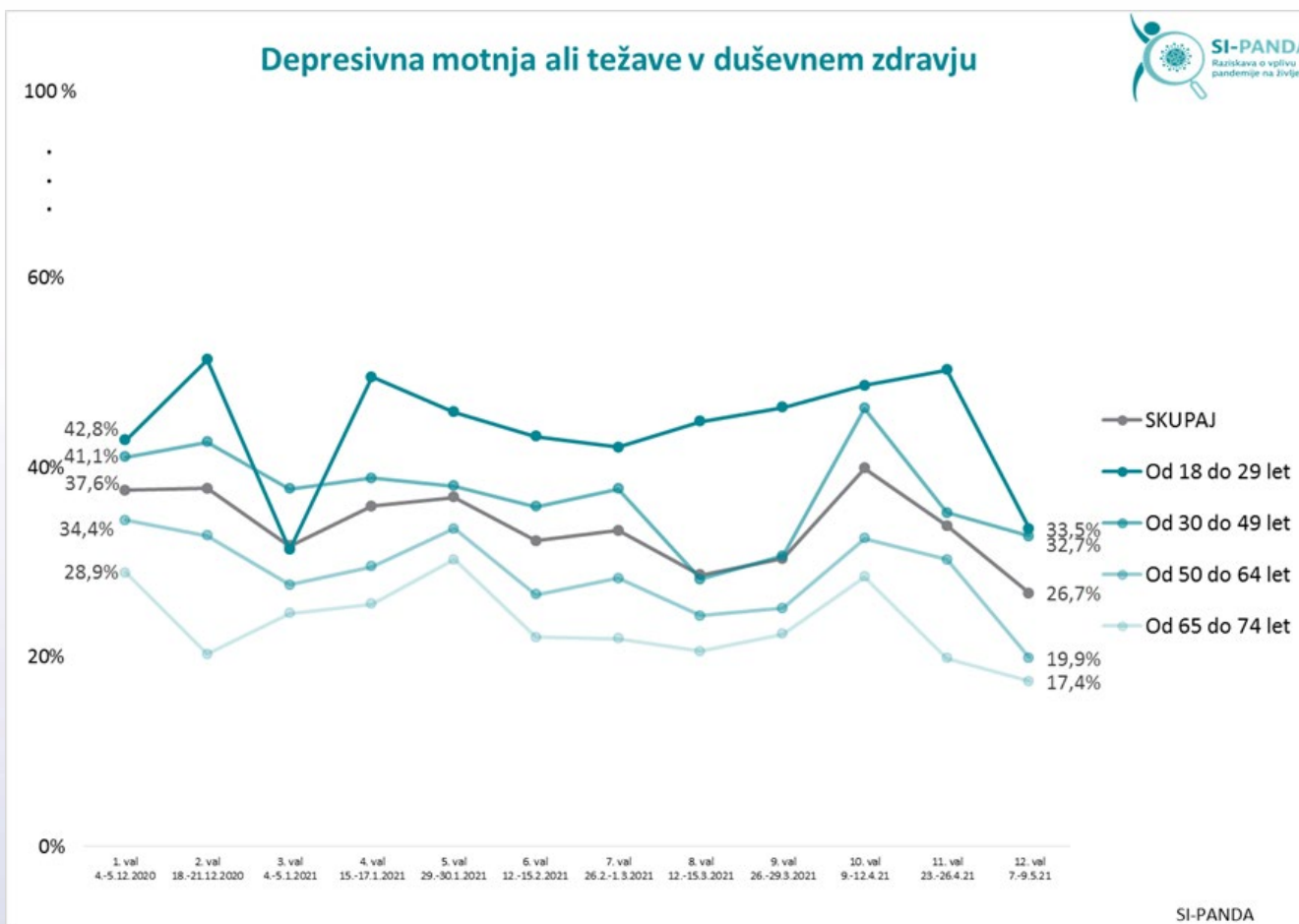


### ...pil več alkohola kot pred pandemijo



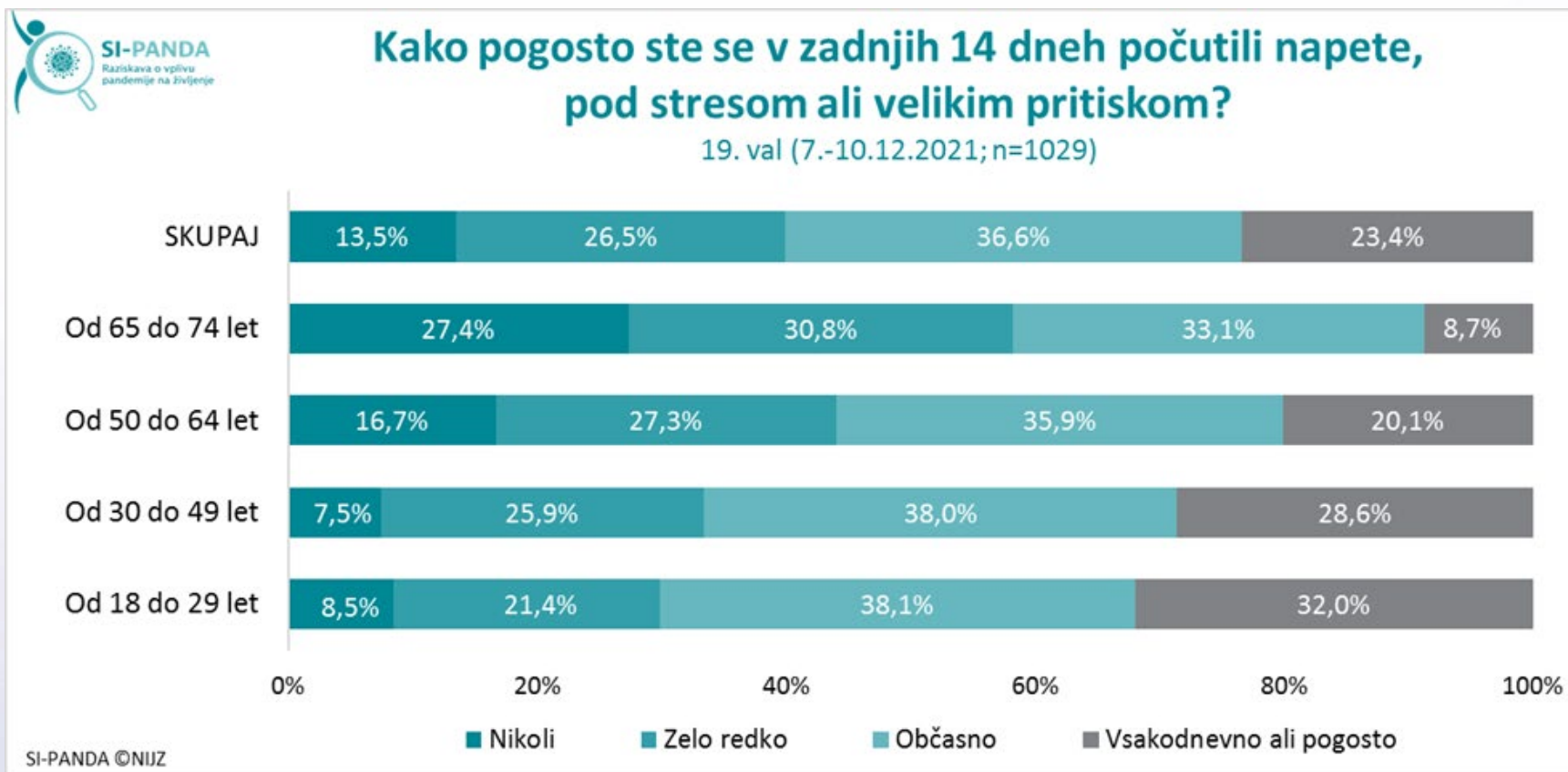
SI-PANDA ©NIJZ

# Največ težav v duševnem zdravju pri najmlajši starostni skupini.





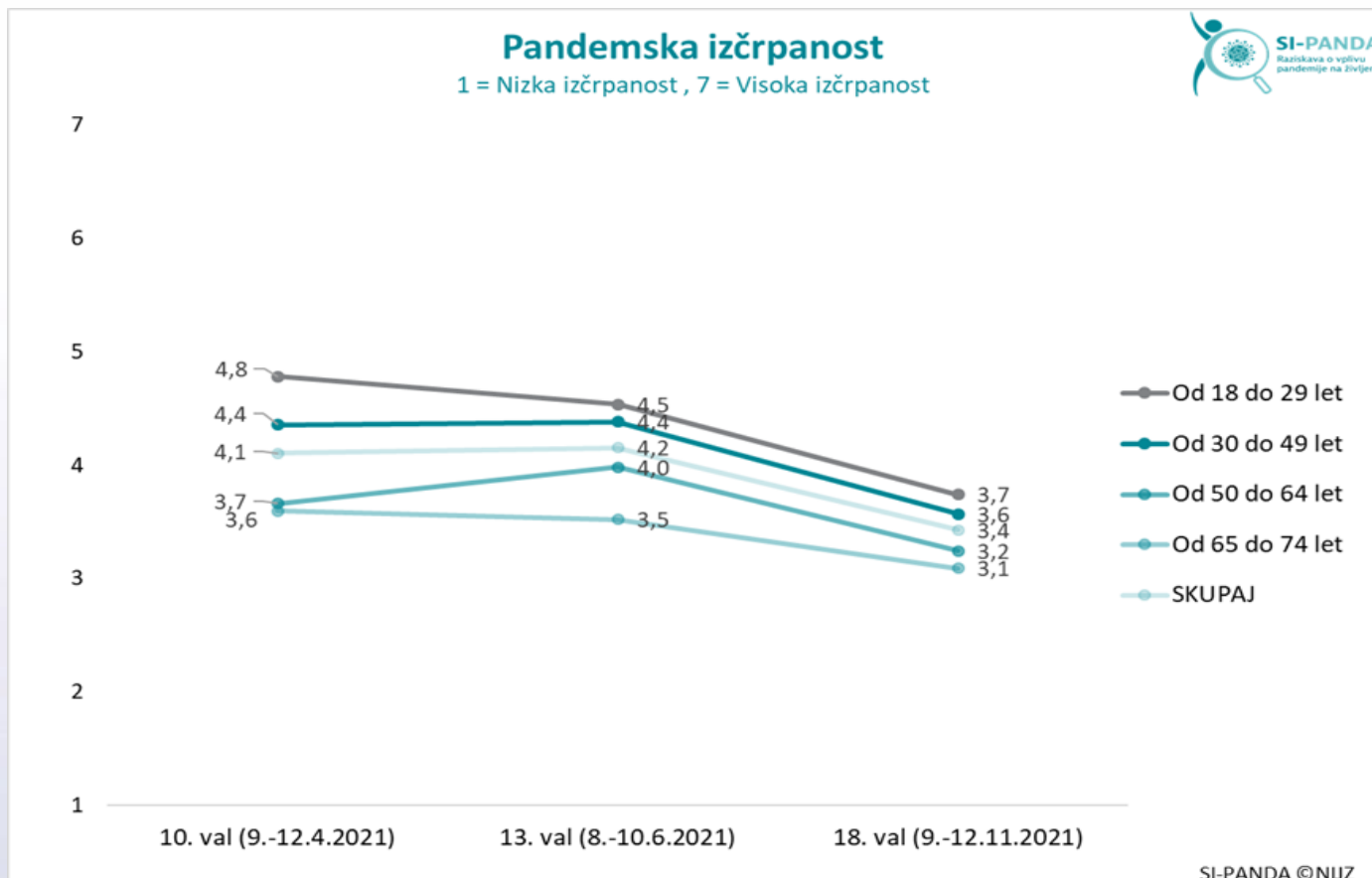
# S stresom se bolje spopadajo starejši.



# Pandemska izčrpanost

- V treh ponovitvah raziskave sklop 6 vprašanj iz kazalnika pandemske izčrpanosti (Pandemic fatigue scale)
- Visok delež utrujenosti od razprav o covidu-19 (62,4 %)
- Slabim 40 % je šlo na živce slišati kaj o covidu-19
- Vsak peti izguba volje do boja proti virusu
- V največjem deležu prisotna pri najmlajših (od 18 do 29 let)

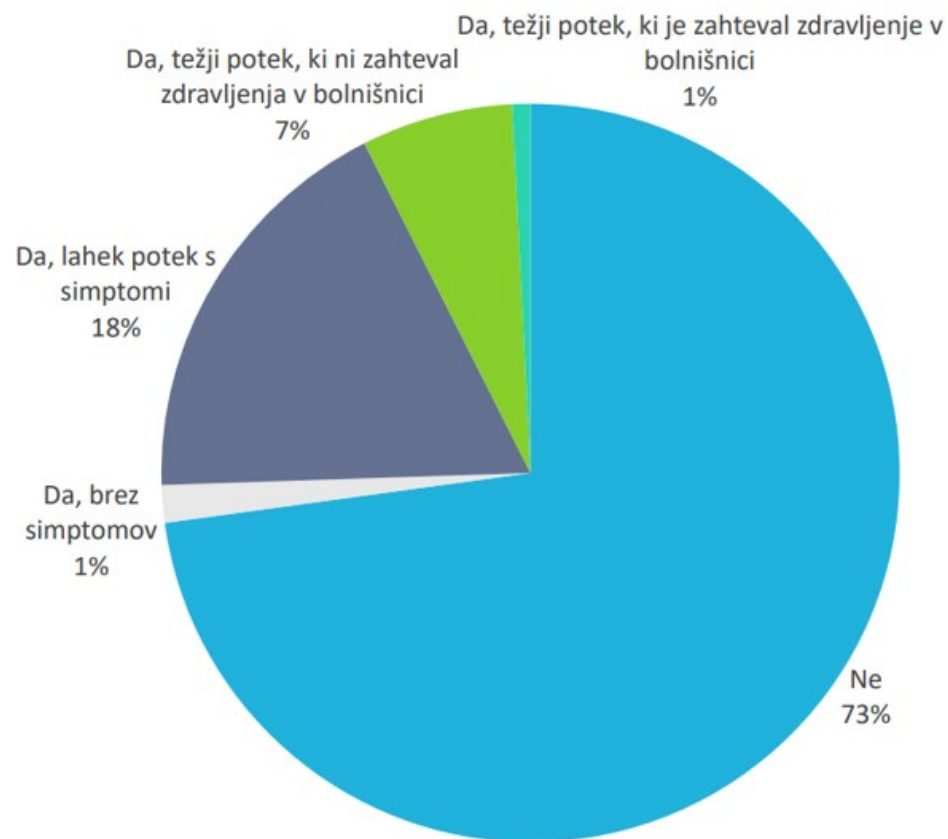
# Pandemska izčrpanost



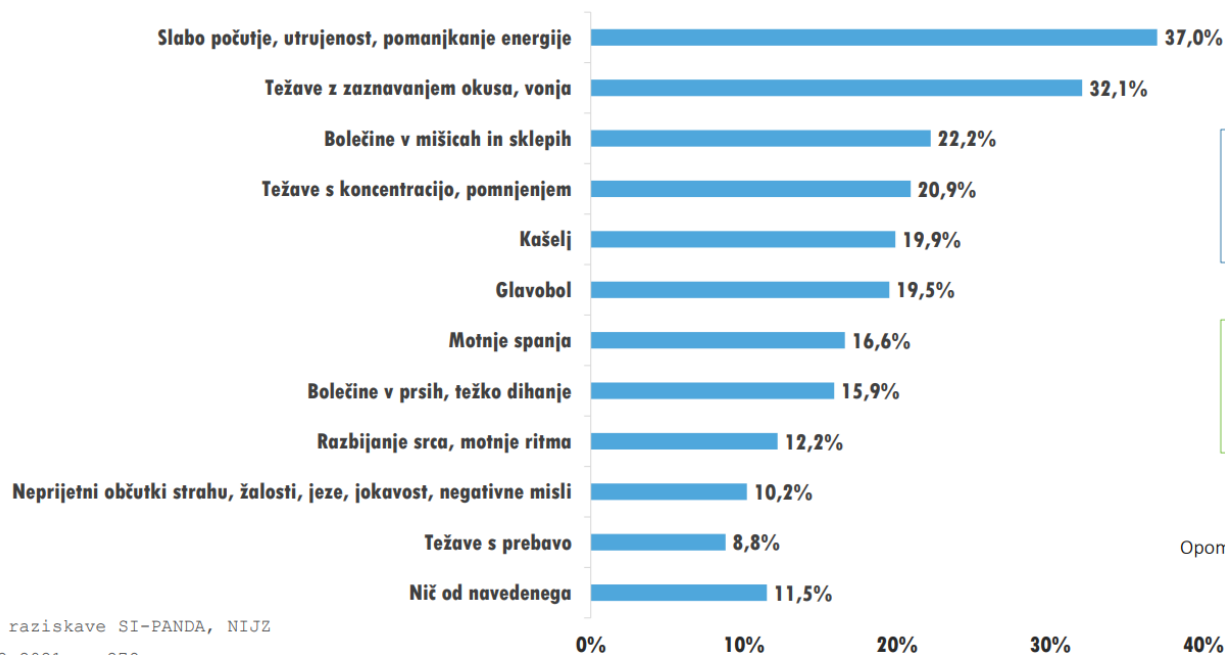
# Dolgotrajni covid-19

- Pri nekaterih ljudeh, ki so preboleli covid-19, se posamezni simptomi bolezni nadaljujejo še več mesecev pozneje, ali pa izginejo in se ponovno pojavijo čez nekaj tednov ali mesecev. Te težave so poimenovane dolgotrajni covid-19 (angl. long COVID), ali tudi »postcovidni sindrom«.
- Anketirance, ki so preboleli covid-19, smo spraševali o morebitnih prisotnih zdravstvenih težavah še po enem mesecu po preboleli okužbi.
- Predstavljeni so rezultati iz 19. vala raziskave (od 7. do 10.12.2022).

# Dosedanja okužba z virusom SARS-CoV-2



# Zdravstvene težave po enem mesecu po preboleli okužbi z virusom SARS-CoV-2



78 % preboleznikov poroča o določenih težavah še po enem mesecu po preboleli okužbi.

Povprečno število težav, o katerih so anketiranci poročali, je znašalo **2 težavi**.

Opomba: Možnih je bilo več odgovorov.

Vir:

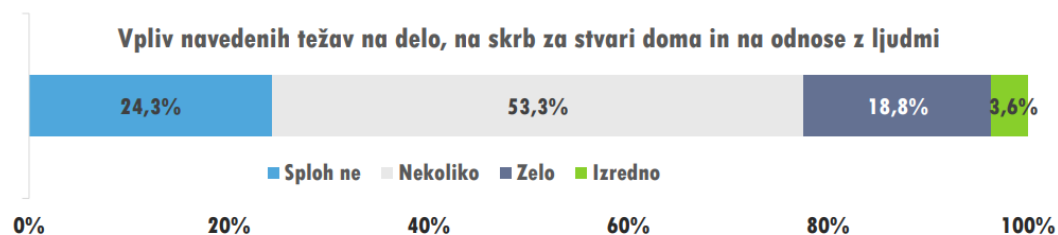
19. val raziskave SI-PANDA, NIJZ

7.-10.12.2021; n=278

# Trajanje in vpliv težav na življenje



O težavah po prebolelem covidu-19 se **60,7 %** oseb ne posvetuje z zdravnikom.



Vir:

19. val raziskave SI-PANDA, NIJZ

7.-10.12.2021; n=278

# Dolgotrajni covid-19

- Veliko neznank, potekajo številne raziskave o dolgotrajnem covidu.
- Diagnostični kriteriji še niso standardizirani.
- SZO je postavila klinično definicijo primera.
- Britanski urad za nacionalno statistiko (UK Office for National Statistics) ocenjuje, da je po 5 tednih po začetku okužbe pojavnost dolgega covidu 22,1 %, po 12 tednih pa 9,9 %. Tveganje za dolgi covid naj bi bilo po prvi okužbi z virusom SARS-CoV-2 za 49,7% manjše pri okužbah z varianto Omikron BA.1 kot pri varianti Delta (odrasli, 2x cepljeni).
- Od julija 2021 je dolgotrajni covid v ZDA umeščen v zakon o invalidnosti (Americans with Disabilities Act), če ima oseba tako izražene bolezenske znake, ki jo omejujejo pri delu in vsakodnevnem življenju.



# Omejitve raziskave

- Panelna raziskava – anketirane osebe so večje izpolnjevanja.
- Raziskava ni vključevala oseb starejših od 74 let.
- Niso bili vključeni prebivalci domov za starejše.
- Izvajanje prek spleta (ovira za osebe brez digitalnih kompetenc ali brez dostopa do računalnika).
- Pomanjkljivost podatkov iz časa pred pandemijo.
- Samoporočanje, lahko pristranskost.

# Zaključek

- Raziskava SI-PANDA potrjuje prisotnost pandemske izčrpanosti, poslabšanja življenjskega sloga in poslabšanje duševnega zdravja.
- Zaradi poslabšane dostopnosti do zdravstvenega sistema (ob ustavitvi preventivnih programov) lahko pričakujemo večje breme kroničnih bolezni.
- Starejši prebivalci so bolj odporni, se bolje spopadajo s pandemijo, brez večjih poslabšanj v duševnem zdravju.
- Pandemija oz. sama bolezen je bolj prizadela starejše, posledice ukrepov za njeno zajezitev pa so/bodo vidne predvsem pri mlajših.

# Zaključek

- Posebno pozornost bomo morali nameniti predvsem mlajšim starostnim skupinam, s poudarkom na duševnem zdravju in ponovnem izboljšanju življenjskega sloga.
- Glede na precejšen delež oseb z dolgotrajnim covidom-19 je pomembno dolgoročno spremljanje zdravstvenega stanja po preboleli bolezni, v izogib še hujšim negativnim posledicam v prihodnje.

# Za uspešnimi projekti stojijo ljudje

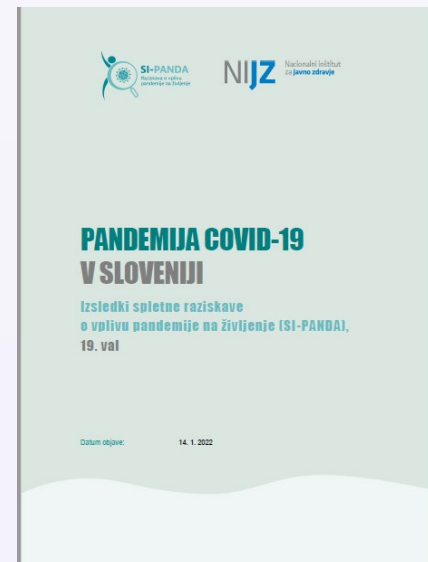
Andreja Belščak Čolaković, Maruša Rehberger, Darja Lavtar

Mojca Gabrijelčič Blenkuš, Helena Jeriček Klanšček, Matej Vinko, Aleš Korošec, Mitja Vrdelja, Janina Žagar, Petra Klepac, Veronika Učakar, Mario Fafangel, Metka Zaletel, Andreja Drev, Nastja Šivec, Tatjana Kofol Bric, Tanja Carli, Ticijana Prijon, Matej Gregorič, Urška Blaznik, Rok Poličnik, Vida Fajdiga Turk, Brigita Zupančič Tisovec, Saška Roškar, Marjetka Hovnik Keršmanc, Maja Roškar, Polonca Truden Dobrin, Tjaša Pibernik, Jerneja Kožar, Sonja Dravec, Vojko Kavčič, Urška Ivanuš, Tine Jerman.



*Hvala za pozornost!*

Več informacij na: <https://www.nijz.si/sl/raziskava-o-vplivu-pandemije-na-zivljenje-si-panda-20202021>



# Viri

- 1) Lilleholt, Lau, Ingo Zettler, Cornelia Betsch, and Robert Böhm. 2020. "Pandemic Fatigue: Measurement, Correlates, and Consequences." PsyArXiv. December 17.
- 2) WHO Pandemic fatigue, Reivigorating the public to prevent COVID-19 , <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/335820/WHO-EURO-2020-1160-40906-55390-eng.pdf>
- 3) WHO Policy brief 39 In the wake of the pandemic, Preparing for Long COVID,  
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/339629/Policy-brief-39-1997-8073-eng.pdf>.
- 4) CDC Long COVID or Post-COVID Conditions,  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/long-term-effects/index.html>