

Psykosocial stress, psykisk hälsa och salivkortisol hos barn och ungdomar

Per E Gustafsson

Stressfyllda erfarenheter och omständigheter under barndomen påverkar hälsan och välmåendet hos den växande individen, och kan också lämna långsiktiga avtryck in i vuxen ålder. Att klargöra de sociala, mentala och biologiska aspekterna av stress hos barn och ungdomar är därför av stor betydelse. Trots detta saknas mycket kunskap om stress i barndomen.

Den här avhandlingen syftade till att undersöka olika aspekter av stress hos barn och ungdomar: samband mellan sociala omständigheter, traumatiska livshändelser, psykisk hälsa och stresshormonet kortisol, som ett mått på kroppens stressvar. Information insamlades från 336 skolbarn och 400 ungdomar, samt barn med tvångssyndrom (23st) och ungdomar utsatta för övergrepp (15st). Huvudsakliga mätmetoder var kortisol mätt i saliv tre gånger per dag, enkäter till lärare, föräldrar och barn om barnens psykiska hälsa och erfarenheter av traumatiska livshändelser, samt om familjens sociala position.

Viktiga fynd är högre morgonkortisol hos 1) skolbarn med en måttlig grad av psykosocial belastning (föräldrar från lägre social klass, invandrarbakgrund och, sociala svårigheter hos barnen p.g.a. psykiska problem), 2) barn med tvångssyndrom, och 3) hos ungdomar med svåra psykiska problem till följd av barnmisshandel. Dessutom fann vi en stor betydelse av 4) antalet traumatiska livshändelser, ”polytraumatisering”, och 5) traumatiska händelser med en social aspekt, ”interpersonella trauman”, för den psykiska ohälsan hos barn och ungdomar. Ytterligare ett fynd var att barn med tvångssyndrom uppvisade en tendens till sjunkande kortisolnivåer som reaktion på psykologisk stress.

Fyndet tyder på att olika former av stress i barndomen återspeglas både i barnens psykiska hälsa och i barnens fysiologi – med förhöjda nivåer av stresshormon.

Denna återspeglning av erfarenheter i barndomen kan möjligen innebära en risk för hälsoproblem senare i livet, men det måste undersökas i framtida studier. Kännedom om dessa mekanismer kan i framtiden hjälpa till i identifiering av barn i risk för att kunna sätta in förebyggande insatser. Kunskapen kan också komma till användning både för planeringen av bredare folkhälsostrategier och för behandling av barn och ungdomar som varit utsatta för svår stress.