



LUNDS UNIVERSITET

Medicinska fakulteten

Institutionen för Hälsovetenskaper

Arbetsterapi och aktivitetsvetenskap

Arbetssterapeutiska åtgärder för äldre med depression - en litteraturstudie

Författare: Matilda Berg

Handledare: Pia Hovbrandt

Mars 2014

Kandidatuppsats

Adress: Institutionen för Hälsovetenskaper, Arbetsterapi och aktivitetsvetenskap, Box 157, S-221 00 Lund



LUNDS UNIVERSITET

Medicinska fakulteten

Institutionen för Hälsovetenskaper
Arbets terapi och aktivitetsvetenskap

2014-04-07

Arbets terapeutiska åtgärder för äldre med depression

- en litteraturstudie

Matilda Berg

Abstrakt

Bakgrund: Många äldre med depression har ett vård- och rehabiliteringsbehov som inte tillgodoses. Det saknas även kunskap om vilka psykosociala insatser som är lämpliga. *Syfte:* Syftet med studien var att undersöka vilka arbets terapeutiska åtgärder som kan riktas mot äldre med depression. *Metod:* En systematisk litteraturstudie genomfördes med sökningar i olika databaser till ett underlag på sju vetenskapliga artiklar. *Resultat:* De arbets terapeutiska åtgärderna sammanställdes utifrån kategorier person-, aktivitet-, eller miljö. Meningsfull aktivitet såsom kreativt skrivande, musikterapi och sällskapshund samt arbets terapeutiska grupper visade sig vara effektiva arbets terapeutiska åtgärder. *Diskussion:* Mestadels positiva följder av arbets terapeutiska åtgärder kunde ses i resultatet. Det framgick också att ytterligare forskning om äldre med depression behövs inom arbets terapi.

Nyckelord: arbets terapi, aktivitet, miljö, person

Adress: Institutionen för Hälsovetenskaper, Arbets terapi och aktivitetsvetenskap, Box 157, S-221 00 Lund



LUND UNIVERSITY
Faculty of Medicine

2014-04-18

Occupational therapy interventions

for older adults with depression

- a literature overview

Matilda Berg

Abstract

Background: Many older adults with depression have a care-and rehabilitation need which is not fully considered. Knowledge about what kind of psychosocial interventions which are suitable is missing. *Purpose:* The aim of this study is to investigate what occupational therapy interventions can be used for older adults with depression. *Method:* A systematic literature overview was carried through with searches in different databases with seven scientific articles as a result. *Result:* The occupational therapy interventions was assembled by the categories person, activity or environment. Meaningful activity such as creative writing, music therapy and companion-dog and occupational therapy groups proved to be effective interventions. *Discussion:* Mostly positive implications of interventions was seen in the result. It was also clear that further research is of the essence in occupational therapy regarding older adults with depression.

Keywords: occupational therapy, activity, environment, person

Bachelor thesis

Department of Health Sciences, Occupational Therapy and Occupational Science, Box 157,
S-221 00 Lund

Innehållsförteckning

Bakgrund.....	s 1
Inledning.....	s 1
Äldre med depression.....	s 1
Arbetsterapi.....	s 2
Aktivitet & grupp som arbetsterapeutiska åtgärder.....	s 3
Problematisering.....	s 3
Syfte.....	s 4
Metod.....	s 4
Design.....	s 4
Urvalsförfarande.....	s 4
Databassökning.....	s 4
Procedur & analys.....	s 5
Forskningsetik.....	s 7
Resultat.....	s 7
Arbetsterapeutiska åtgärder riktade mot aktivitet.....	s 9
Arbetsterapeutiska åtgärder riktade mot miljö.....	s 10
Arbetsterapeutiska åtgärder riktade mot person.....	s 11
Diskussion.....	s 12
Metoddiskussion.....	s 12
Resultatdiskussion.....	s 13
Konklusion.....	s 15
Referenser.....	s 16
Bilagor	

Bakgrund

Inledning

I FN:s deklaration om de mänskliga rättigheterna anges att envar har rätt till bästa möjliga fysiska och psykiska hälsa (Regeringskansliet, 2011). Enligt rapporter från Socialstyrelsen (2008, 2012) har många äldre med psykisk sjukdom ett vård- och rehabiliteringsbehov som inte tillgodoses. Undersökningar visar att det saknas fastställd kunskap om vilket socialt stöd som är lämpligast för äldre med psykisk ohälsa (Socialstyrelsen, 2012; Steinman et al, 2007; Wang, 2011). Äldre personer med psykisk sjukdom får idag inte det stöd de behöver, en del av detta stöd skulle kunna vara genom arbetsterapi.

Denna studie vill därför bidra med att värdera och kartlägga arbetsterapeutiska åtgärder som kan användas för äldre med depression. Utgångspunkten är att äldre har rätt till god hälsa och att denna rättighet inte beaktas i tillräckligt hög utsträckning.

Äldre med depression

Internationella mått anger att "ålderdom" eller "äldre" inträffar vid 65. Människor mellan 65-79 räknas som "yngre äldre" och personer över 80 som "äldre äldre" (Gulmann, 2003). Kielhofner (2012) framhåller dock att det är svårt att definiera när ålderdomen börjar utifrån kronologisk ålder, utan istället mer adekvat att tänka på den övre medelåldern utifrån förändringar i livsstil, föranledda av en försvagad kapacitet, personliga val och sociala konventioner.

Depression är ett begrepp som innefattar en mängd olika psykiska sjukdomstillstånd. Den vanligaste typen kallas egentlig depression och kännetecknas av nedstämdhet som pågått minst några veckor (Allgulander, 2008). Enligt Världshälsoorganisationen och Folkhälsoinstitutet är depression en av mänsklighetens mest vanliga och allvarliga sjukdomar (Allgulander, 2005). Orsakerna till depression kan variera från enskilda till samverkande faktorer av fysisk eller psykisk karaktär. En depression påverkar individens tankar, känslor och dennes förmåga att relatera till sin omgivning (Gulmann, 2003).

Depression är den andra stora psykiska sjukdomen hos äldre vid sidan av demens (Fiske, 2009; Gulmann, 2003) Äldre med depression är ett folkhälsoproblem och uppskattningsvis

lider 12-15% över 65 år av depression, att jämföra med 4-10% i hela befolkningen (Socialstyrelsen, 2008; Fiske, 2009) Hjärnans åldrande med bland annat förändrade koncentrationer av transmittorsubstanser förklarar delvis den höga förekomsten av depression hos äldre (Grimby, 2001).

I en rapport från Socialstyrelsen (2012) framgår det att äldre med depression inte får den vård den behöver och bristen på annan behandling än den medicinska betonas (Socialstyrelsen, 2012). Undersökningar tyder också på att under 20 % av äldre med depression får relevant behandling (Socialstyrelsen, 2012). Utifrån detta slår Socialstyrelsen fast att psykiskt sjuka äldre marginaliseras i förhållande till yngre delar av befolkningen. Äldre får inte på samma sätt som yngre människor tillgång till evidensbaserad och adekvat psykiatrisk vård. Enligt Wang (2010) använder emellertid äldre med depression mer hälsoservice än äldre utan depression, vilket i sig innebär att det är viktigt att förstå problematiken med äldre med depression samt vilka åtgärder som behövs för att främja aktivitet och hälsa.

Arbetsterapi

Ett av arbetsterapiens mest grundläggande antaganden är att människan till sin natur är aktiv och att hennes hälsa påverkas positivt av aktivitet (Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter, 2012). Människors aktivitet kan enligt Kielhofners (2012) Model of Human Occupation (MoHO) delas in i det dagliga livets sysslor, produktivitet och lek. Aktiviteter i det dagliga livet är sysslor som innefattar att ta hand om oss själva, exempelvis skötsel av person, hem och hushåll. Produktivitet är aktiviteter (betalda eller obetalda) som förmedlar tjänster eller produkter som bidrar till samhället. Lek är de aktiviteter som utförs för nöjets och glädjens skull (Kielhofner, 2012). Kielhofner (2012) beskriver i MoHO att vad en människa tror på, föredrar och önskar även styr valet av sysselsättning och aktiviteter. Aktiviteten som mål och medel inom arbetsterapi och dess påverkan på människors hälsa och välbefinnande har fått ökat erkännande (Kielhofner, 2012).

Arbetsterapi utgår framförallt ifrån att främja personers aktivitetsförmåga. Christiansen & Baum (2005) och Kielhofner (2012) anser vidare att det är av stor vikt att aktiviteten är meningsfull för individen eftersom den tillhandahåller en källa till motivation för aktivitetsutförandet. Christiansen & Baum (2005) beskriver aktivitetsutförande som dynamiskt och att det ska förstås utifrån tre områden: person, aktivitet och miljö. Dessa tre områden samspelar och inverkar på hur aktivitetsutförandet blir. Med aktivitet avser

Christiansen & Baum (2005) en sysselsättning som måste ha någon form av kontinuitet, samt vara igenkännbar och bekant. Miljö är de externa faktorer som påverkar personens mående, som socialt stöd, sociala och ekonomiska system, kultur och värden samt den naturliga (fysiska) miljön. Begreppet person innefattar interna faktorer, så väl fysiologiska och kognitiva som psykologiska och andliga (Christiansen & Baum, 2005).

Enligt Christiansen & Baum (2005) sammanfaller arbetsterapins förhållningssätt till hälsa med WHO:s definition av hälsa: ”ett tillstånd av fullständig fysisk, psykisk, och socialt välbefinnande och ej endast frånvaron av sjukdom”. Christiansen & Baum (2005) framhåller utifrån denna syn på hälsa att arbetsterapeutiska åtgärder har som främsta avsikt att stödja, förhindra och återställa hälsa genom aktivitet.

Arbetsterapeutiska åtgärder

Arbetsterapeutiska åtgärder inriktas på att förebygga risk för nedsatt aktivitetsförmåga, förbättra eller vidmakthålla aktivitetsförmåga eller kompensera för nedsatt aktivitetsförmåga hos klienten (FSA, 2012). Gällande arbetsterapeutiska åtgärder riktade mot psykosocial problematik kan interventioner främst ses utifrån två inriktningar: arbetsterapeutisk gruppverksamhet samt meningsfulla aktiviteter. Det finns två huvudtyper av arbetsterapeutiska grupper, den uppgiftsorienterade som fokuserar på att utveckla färdigheter inom boende, fritid och social samvaro och den stödorienterade som syftar till att utveckla kommunikationsverktyg och möjlighet att uttrycka, dela och bearbeta upplevelser och känslor (Eklund, Gunnarsson & Leufstadius, 2010). Meningsfull aktivitet uppnås om personen är engagerad i aktiviteten och har ett syfte med den. Upplevelsen av meningsfull aktivitet kan kopplas till ökad livskvalitet. Saknas meningsfull aktivitet och daglig sysselsättning inverkar det negativt på hälsan och Leufstadius, Erlandsson et al (2008) framhäver att aktivitet således måste uppfattas som positiv för att ha verkan. Vad som är en positiv och meningsfull aktivitet beror på den individ som utför den och dennes kulturella bakgrund samt andra omgivningsfaktorer.

Problematisering

Denna studie vill belysa arbetsterapeutiska åtgärder riktade mot äldre med depression som ett komplement till de medicinska åtgärderna som är det mest förekommande inom vården idag. Litteraturstudier som Wang (2010), Steinman, Frederick et al (2007) samt Forsman, Schierenbeck & Wahlbeck (2011) tar upp psykosociala behandlingar som kan sättas in mot

äldre med depression, men få av dem utgör arbetsterapeutiska åtgärder. Meningsfull aktivitet och sysselsättning borde vara en rättighet liksom rätten till god hälsa (Townsend & Nilsson, 2010). Äldre med psykisk ohälsa borde enligt detta synsätt därför ha rätt till meningsfull aktivitet och sysselsättning. Det saknas en överskådlig sammanställning av evidensbaserade arbetsterapeutiska åtgärder som kan användas i den kliniska verksamheten.

Syfte

Syftet med denna litteraturstudie är att kartlägga vilka arbetsterapeutiska åtgärder för äldre (65+) med depression som beskrivs i litteraturen samt kvalitetsbedöma dessa studier som beskriver åtgärderna.

Metod

Design

Denna studie är en systematisk litteraturstudie. Forsberg & Wengström (2013) fastställer att en systematisk litteraturstudie innebär att man identifierar, väljer, värderar och analyserar vetenskapliga artiklar. De artiklar som inkluderas och utvärderas i undersökningen ska utgöra aktuell forskning vars evidensnivå kan bedömas utifrån vetenskapliga kriterier. Evidensnivå används inom bl.a. medicinsk forskning för att klassificera metoder och rekommendationer. En systematisk litteraturstudie syftar till att prestera en syntes av tidigare utförd empirisk forskning. Resultatet bör kunna användas som beslutsunderlag för klinisk verksamhet enligt Forsberg & Wengström (2013).

Urvalsförfarande

Urvalet av artiklar är ett resultat av sökningar i vetenskapliga databaser. Sökningarna har vägletts av ett vetenskapligt arbetssätt, för att därigenom få fram de artiklar som är relevanta utifrån frågeställningen (Backman, 2008). Inklusionskriterier har varit att artiklarna ska vara skrivna på engelska, eftersom engelskan är det etablerade vetenskapsspråket inom forskning, samt att artiklarna ska vara publicerade i en vetenskaplig tidskrift. Därmed har böcker, avhandlingar samt andrahandskällor som litteraturstudier exkluderats. Vidare har endast vetenskapliga artiklar skrivna efter år 2000 inkluderats, som behandlat äldre (65+) med depression. Artiklar som i första hand behandlar andra sjukdomar (ex. stroke) har exkluderats. I sökandet har jag haft hjälp av en bibliotekarie vid Lunds universitet som givit vägledning.

Databassökning

De databaser som genomfördes var CINAHL, Amed, PsycINFO och PubMed. Sökningen genomfördes oktober 2013.

- CINAHL (Cumulative Index of Nursing and Allied Health) är en databas som täcker omvårdnad, sjukgymnastik och arbetsterapi. Den är specialiserad på omvårdnadsforskning.
- Amed (Allied and complementary Medicine) är en databas för alternativ medicin, sjukgymnastik, arbetsterapi, rehabilitering och palliativ vård.
- PsycINFO täcker psykologisk forskning inom medicin, omvårdnad och näraliggande ämnen.
- PubMed innehåller texter inom omvårdnad, medicin och odontologi.

För att identifiera vilka sökord som är relevanta i sammanhanget har jag använt mig av respektive databas teaurus. Teaurus är en sorts katalog med standardiserade söktermer som är framtagna av experter inom aktuellt område. Katalogen innehåller med andra ord specifika ämnesord. Detta förfarande är också ett effektivt sätt att utröna vilka söktermer som är användbara.

Utifrån sökverktyget Medical Subject Headings (MeSH) kontrollerade jag att sökorden arbetsterapi och depression motsvarades av engelskans occupational therapy och depression. MeSH är ett effektivt sökverktyg (en teaurus) där man kan begränsa ett givet material i en databas genom specifika ämnesord i ett index. Karolinska institutet har ett MeSH som översätter svensk medicinsk terminologi till engelska. Dessa begrepp har sedan utgjort ämnesord i de enskilda databasernas MeSH-system, som jag använt mig av.

Procedur & analys

Med ett MeSH som innehöll ämnesorden occupational therapy och depression renderades 117 träffar i CINAHL (se tabell 1). Med en mer sofistikerad sökning begränsades träfflistan genom ålder: 65+. Det gav 38 träffar. Sedan exkluderades artiklar skrivna före år 2000 samt artiklar som inte publicerats i en vetenskaplig tidskrift. Slutligen kvarstod 25 artiklar. Samma MESH-sökning och begränsningar gjordes i PubMed med resultatet 13 artiklar, i Amed 2 artiklar och i PsycINFO 7 artiklar.

Tabell 1 Sökschema

	CINAHL – antal träffar	Amed – antal träffar	PsycINFO – antal träffar	PubMed – antal träffar
MeSH / ämnesord: occupational therapy, depression	117	3	32	73
Ålder: 65+	38	2	13	25
Aktualitet: år 2000 och efter	29	2	7	13
Vetenskaplig tidskrift	25	2	7	13
Antal artiklar	25	2	7	13

En bred samsökning i CINAHL och i PsycINFO har även gjorts bestående av fritextstermer. Använd söksträng i den breda sökningen var "occupational therapy" AND "depression". Antalet renderade träffar med denna teknik bestod av 654 artiklar. Samma begränsningar som vid tidigare sökningar användes. En ytterligare begränsning i denna sökning var att artikeln tvunget behövde ett vetenskapligt abstract. Resultatet blev 64 träffar men renderade inga nya artiklar mot tidigare databassökning. Anledningen till att även en bred sökning använts är att ämnesordet (MeSH:en) konstrueras manuellt, vilket tar tid för respektive databas och kan leda till att nyskrivna artiklar därmed kan falla bort.

Av de artiklar som kvarstod efter databassökningen samt efter bortgallring av dubletter gjordes ytterligare ett urval genom att jag läste artiklarna översiktligt, för att se om de skulle inkluderas eller exkluderas (DePoy & Gitlin 1999). Jag exkluderade samtliga artiklar som inte svarade mot studiens syfte eller inte motsvarade någon form av arbetsterapeutiska åtgärder. Artiklar med andra rehabiliteringsformer (exempelvis KBT) har uteslutits om de inte också omfattat arbetsterapeutiska åtgärder. Vanligt förekommande bland artiklarna har varit multisjuka äldre, som haft exempelvis en stroke och därefter fått en depression. Dessa har exkluderats eftersom de inte riktigt passat in utifrån studiens syfte. En artikel om demenssjuka med depression inkluderades ändå då författarnas fokus låg på patienternas depression. Slutligen kvarstod sju artiklar.

En kvalitetsbedömning gjordes därefter utifrån en granskningsmall (bilaga 2) i Forsberg &

Wengström (2013). Granskningsmallen består av frågor gällande studiens syfte, design, metod, resultat, slutsatser, reliabilitet och validitet. Frågorna ligger till grund för bedömningen av studiernas kvalitet som bedöms från låg, till hög. Tabell 2 visar vidare hur bedömningen av artiklarna gjorts utifrån en glidande skala från hög till låg kvalitet. De artiklar som ansågs uppfylla hög kvalitet i vissa avseende men låg i andra, bedömdes ha medelkvalitet.

Tabell 2 *Kvalitetsbedömning av artiklar*

Hög kvalitet	Låg kvalitet
Experimentell studie: randomiserad kontrollerad studie är den mest tillförlitliga typen av experimentell studie. Större studie vars förutsättningar och genomförande är noggrant beskriven. Deltagarantalet måste vara i proportion till frågeställningen.	Experimentell studie: Ej randomiserad kontrollerad studie. För få deltagare. Otillräcklig statistisk kraft. Stort bortfall av deltagare. Bristande beskrivning av förutsättningar och genomförande.
Kvasi-experimentell studie: tydligt definierad frågeställning, högt deltagarantal och korrekta statistiska metoder samt reliabilitets- och validitetstestade instrument.	Kvasi-experimentell studie: Litet antal deltagare. Ej reliabilitets- och validitetstestade instrument. Bristfällig statistisk.
Övrig (icke-experimentell) studie: stort antal deltagare och noggrant beskriven procedur. En längre uppföljning.	Övrig (icke-experimentell) studie: begränsat deltagarantal, bristfälligt beskriven samt bristfällig statistik.

I nästa steg genomfördes en så kallad innehållsanalys baserad på innehållet i artiklarna, där jag har analyserat artiklarna och försökt finna gemensamma nämnare (aktivitet, miljö, person) i form av kategorier (Forsberg & Wengström, 2013). Tillvägagångssättet kan med Forsberg & Wengström (2013) beskrivas som ”organisering av fakta”. Den tidigare utförda empiriska forskningen som enligt mig varit relevant har presenterats och organiserats tillsammans med syftet att kunna presentera en översiktlig sammanställning. I resultatredovisningen presenteras denna sammanställning under rubrikerna: arbetsterapeutiska åtgärder riktade mot aktivitet, arbetsterapeutiska åtgärder riktade mot miljö samt arbetsterapeutiska åtgärder riktade mot person.

Forskningsetik

Samtliga artiklar som ingår i denna studie är etiskt granskade eftersom de godkänts av vetenskapliga tidskrifter, som kräver etiskt godkännande för publicering. Fyra artiklar redogör dessutom för sin etiska grundhållning.

Resultat

De artiklar som behandlar arbetsterapeutiska åtgärder i denna studie är sinsemellan mycket olikartade, både vad gäller använda metoder och resultat. Artiklarnas metod och resultat, samt andra relevanta egenskaper, presenteras översiktligt i tabell 3 och i bilaga 1.

Tabell 3 Artikelöversikt med kvalitetsbedömning

Författare	Design	Antal deltagare	Instrument	Validitet/reliabilitet	Resultat	Kvalitet
Chippendale, T., Bear-Lehman, J. (2012)	E	n = 45	Geriatric Depression Scale (GDS)	Validitet genom GDS före och efter behandling. GDS har erkänt hög validitet och reliabilitet.	I förhållande till en kontrollgrupp var behandling med skrivande (life review) positiv. Resultatet visade med GDS en förbättring.	Medel.
Cooper, P. (2013)	Ö	n = 36	Deltagande observation, intervjuer. (Kvalitativ metod.)	Starkt fokus på den enskilde forskarens erfarenheter och ett litet antal deltagare försvagar trovärdighet & rimlighet.	Eventuella fördelar med skrivterapi. Kräver mer forskning, enligt författaren.	Låg.
Han.P., Kwan. M., Chen. D. et al (2010)	KE	n = 43	Apparent Emotion Scale & Revised Memory and Behavioral Problems Checklist (RMBPC).	Utifrån mätinstrumentets validitet finns möjligheter att upprepa studien, alltså reliabilitet. Det är dock en liten studie som inte är randomiserad och valt ut sina deltagare.	Musikterapi och aktivitetsprogram kan ha positiv effekt mot depression. Ingen skillnad mellan deltagare och kontrollgrupp, förutom i en delskala av RMBPC som mäter depression. I förhållande till kontrollgruppen upplevde deltagarna ett bättre mående.	Låg.
Le roux M.C & Kemp. R. (2009)	E	n = 16	The Beck Depression Inventory (BDI) & The Beck Anxiety Inventory. (BAI)	Enligt författarna hade det krävts ett högre deltagarantal för att statistiskt säkra resultat. Dessutom tog studien inte hänsyn till deltagarnas representativitet.	Grupp med vårdhund fick bättre resultat på BDI men samma värden på BAI.	Låg.
McWha. L.J., Pachana. N.A., Alpass, F. (2003)	Ö	n = 25	Frågeformulär gällande aktivitetsgrupp, Geriatric Depression Scale & Mini-Mental	Låg reliabilitet. Enligt författarna krävs studier att jämföra med för att stärka validitet/reliabilitet.	Gruppaktiviteter för äldre kvinnor med depression är positiva.	Låg

Författare	Design	Antal deltagare	Instrument	Validitet/reliabilitet	Resultat	Kvalitet
			Status Examination, medicinsk bedömning & statistik			
Mozley, C.G & Schneider, J. (2007)	KE	n = 143	Intervjuer med Geriatric Mental State Depression Scale samt Manchester Quality of Life Profile Residential	Lågt validerad eftersom det är en genomförbarhetsstudie (feasability study).	Slutsatsen är att man inte entydigt kan fastställa värdet av arbetsterapeutiska åtgärder riktade mot äldre med depression.	Låg.
Sood, J.R, Cisek, E., Zimmerman, J., et al (2003)	E	n = 14	Geriatric Depression Scale, Short Form 12 & Multi-Level assesment Instrument	Instrument med god validitet. Återupprepar annan studie med tillfredställande reliabilitet. Dock är det en liten studie.	Deltagarna i behandlingsgruppen var i mindre utsträckning deprimerade än de i kontrollgruppen efter genomförd behandling.	Låg.

Anmärkning: E = Experimentell design, KE = Kvasi-experimentell design, Ö = övrig (icke-experimentell) studie.

Arbetsterapeutiska åtgärder riktade mot aktivitet

Fem (Chippendale & Bearman-Lehman, 2012; Han, Kwan et al, 2010; Cooper, 2013; Le Roux & Kemp, 2009; Sood, Cisek et al, 2003) av sju artiklar beskriver åtgärder där olika former av aktiviteter används som arbetsterapeutiska åtgärder.

Chippendale & Bearman-Lehman (2012), Cooper (2013) fokuserar på ”kreativa” aktiviteter i form av skrivande och musik/sång (Han, Kwan et al, 2010). Även om Chippendale & Bearman-Lehmans aktivitet gestaltar sig i form av självbiografiskt skrivande framhåller de det lekfulla inslaget: varje persons livsberättelse innebär val i och med att man väljer vad som är och varit betydelsefullt i ens liv och därmed så att säga utesluter det andra. Cooper (2013) tar upp två former av skrivande, dels självbiografiskt, dels kreativt. Hon framhåller att självbiografiskt skrivande skänker självinsikt och reflektionsförmåga, genom att leka med och omorganisera minnen och erfarenheter. Deltagarna kunde skapa distans till plågsamma minnen och närma sig positiva. Han, Kwan et al (2010) menar att musik och sång i en kravlös

och prestigelös miljö dels har ett egenvärde (det skänker glädje) men också kan återaktivera positiva minnen. Författaren presenterade ett program vars syfte var att tillhandahålla en strukturerad vardagsrutin, uppmuntra träning och kognitiv stimulans, utforska förmågor och intressen samt delaktighet och interaktion hos patienter med demens. Musikterapi innehåller sång, musik och rörelser. Deltagarna uppmuntrades att leka med musikinstrument och dansa. Det gemensamma för Chippendale & Bearman-Lehman (2012), Cooper (2013) och Han, Kwan & et al (2010) är den underliggande tanken att kreativitet och lek kan aktivera glädje och tillfredsställelse hos den deprimerade.

Le Roux & Kemp (2009) utforskar den aktiva interaktion en vårdhund stimulerar. Vid ankomsten till ett långtidsboende kände sig många äldre deprimerade, ensamma och oorganiserade. Många hade tidigare haft husdjur. Kontakt med ett djur återaktiverar kära minnen, samt skapar enligt Le Roux & Kemp (2009) goda möjligheter till social interaktion, dels med djuret, dels med andra boende. Sällskapsdjur kan minska stress samt har positiv påverkan på både fysisk och mental hälsa. Den uppmärksamhet i form av aktivitet som hunden kräver visade sig ha en positiv verkan på äldre med depression.

Sood, Cisek et al (2003) undersökte också aktivitetens betydelse för depression. Deras tanke var att trevliga händelser/aktiviteter (pleasant events), social interaktion och affektiva tillstånd är inkompatibla med depression, samt att utmanande aktiviteter leder till känslan av tillräcklighet (adequacy), kompetens (competence) och oberoende (independence). I förhållande till kontrollgruppen led färre av deltagarna av depression efter programmets genomförande. Sood & Cisek et al (2003) påpekar även att KBT kan utgöra ett positivt komplement till aktivitetsåtgärder, om arbetsterapeuten arbetar med de individuella begränsningar som förhindrar aktivitet hos individen.

Arbetsterapeutiska åtgärder riktade mot miljö

Sex artiklar (Chippendale & Bear-Lehman, 2012; Cooper, 2013; McWha, Pachana & Alpass, 2003; Sood, Cisek et al, 2003; Han, Kwan et al, 2010; Le Roux & Kemp, 2009) framhåller den sociala miljöns positiva verkan på depression.

Le Roux & Kemp (2009) påpekar att sällskapsdjur, bortsett från kontakten med djuren, ofta leder till ökad kontakt med andra boende på långtidsboendet. Han, Kwan et al (2010) menar att musikterapi i gruppform kräver ett aktivt deltagande som genererar delaktighet och

tillhörighet. Bekant musik kan också återaktivera minnen, som man delar med sig av genom att interagera med andra och genom gemensam sång skapades en form av kontakt mellan deltagarna. Också Chippendale & Bear-Lehman (2012) samt Cooper (2013) framhåller att skrivandet, om det genomförs i grupp med ”workshops”, leder till att social integration där man delar med sig av minnen och tankar samt att det bidrar till social integration. Sood, Cisek et al (2003) menar att det gav goda resultat att ha trevliga händelser/aktiviteter gemensamt, eftersom det innebär social delaktighet i och med att de gjorde saker tillsammans. McWha, Pachana & Alpass (2003) menar att aktivitetsgrupper är väsentliga i sammanhanget: genom den sociala dimensionen förankras individen i ett sammanhang i vilken individens självvärde förstärks och där individen känner tillhörighet. Miljön ska vara tillåtande, så att individen stegvis genom att interagera med gruppen kan utveckla sig själv. McWha, Pachana & Alpass (2003) menar att individens motivation i aktiviteten är avgörande i förhållande till depression. Författarna undersökte tankar i Model of Occupational Spin-off och visade att individen finner affirmation av sitt egenvärde i sin sociala miljö (gruppen) där aktiviteten alstrar en känsla av varande (being), tillhörighet (belonging) and blivande (becoming) (McWha, Pachana & Alpass, 2003).

Arbetsterapeutiska åtgärder riktade mot person

Chippendale & Bear-Lehman (2012), Cooper (2013), Han, Kwan et al (2010), McWha, Pachana & Alpass (2003) beskriver och redogör för arbetsterapeutiska åtgärder på personnivå.

Chippendale & Bear-Lehman (2012) samt Cooper (2013) använder sig av skrivande som arbetsterapeutisk åtgärd. Genom självbiografiskt skrivande förhåller sig klienten aktivt till sin egen livshistoria, som sedan omorganiserar till en sammanhängande berättelse att ta ställning till. Han, Kwan et al (2010) framhåller att bekant musik stimulerar minnen som klienten kan dela med sig av i gruppen och därför aktivt förhålla sig till som individ. McWha, Pachana & Alpass (2003) menar att det är viktigt att förändra personens syn på sig själv och sina förmågor, inte minst genom inlärandet av nya färdigheter i olika aktivitetssammanhang. Individens motivation i ifrågavarande aktivitet är lika viktig och hänger enligt McWha, Pachana & Alpass (2003) ihop med tillfredsställelsen av individuella behov. De framhåller att aktivitetsutmaningar ska vara ”lagom” för att personen stegvis sedan ska kunna utvecklas: personens bekräftelse av sin kompetens genom aktivitet har enligt McWha, Pachana & Alpass (2003) positiv inverkan på hens psykiska hälsa.

Diskussion

I linje med tidigare arbetsterapeutisk forskning visade det sig i denna litteraturstudie att meningsfulla aktiviteter och gruppaktiviteter är värdefulla åtgärder i behandlingen av äldre med depression. Åtgärderna gällde meningsfulla aktiviteter i form av kreativa verksamheter (sång & musik, skrivande), sällskapsdjur, hjälp med att lindra begränsningar i förhållande till aktiviteter via KBT-terapi etc. samt att uppleva trevliga händelser tillsammans i en aktivitetsgrupp.

Metoddiskussion

Denna litteraturstudie har följt Forsberg & Wengströms (2013) riktlinjer. Eftersom studiens material uteslutande består av vetenskapliga artiklar kan annan relevant fakta ha uteblivit eftersom det kan finnas böcker/avhandlingar skrivna om samma ämne, som skulle kunnat bidra med kunskap. Ytterligare kan det också finnas forskning på andra språk än engelska.

Det finns inte särskilt många publicerade artiklar om ämnet. Säkerligen finns många fler slags arbetsterapeutiska åtgärder än de få som presenteras genom de vetenskapliga artiklar som inkluderats. Forskning är färskvara enligt Forsberg & Wengström (2013) och därför har artiklarnas publiceringsår begränsats för bästa tillförlitlighet. I denna studie sattes inklusionskriteriet till publiceringsdatum efter år 2000. Om bara ny (3-5 år gammal) forskning skulle ha ingått skulle antalet träffar blivit för lågt i förhållande till syftet.

Det är möjligt att andra sökord renderat bättre träffar. För att en databassökning ska bli så effektiv och heltäckande som möjligt anser Depoy & Gitlin (1999) att det är bra att ta hjälp av en bibliotekarie. I mitt fall har jag tagit hjälp av en bibliotekarie vid Medicinska fakultetsbiblioteket i Lund vilket kvalitetssäkrat min sökning. Depoy & Gitlin (1999) anser att avgränsa sökningen är ett viktigt steg i datainsamlingen och att avgränsningen måste säkerställa en täckande genomgång. Det är därför värt att notera att en MeSH-sökning kan innebära att värdefulla artiklar faller bort, eftersom en MeSH konstrueras manuellt och nyligen publicerade artiklar således saknas. Jag valde därför att göra en bred sökning för att kontrollera att inga artiklar missats.

Forsberg och Wengström (2013) menar att det är en fördel att inkludera olika typer av undersökningar och studier i en litteraturstudie. Denna studie innefattar både kvalitativa och

kvantitativa studier, vilket alstrat ett brett och varierat resultat. Metoden är väl beskriven i metodavsnittet för en strävan att säkerhetsställa hög validiteten. Jag har även använt mig av en redovisad granskningsmall samt en tabell för kvalitetsbedömning. En upprepning av samma sökning som skulle följa samma granskningsmall och kvalitetsbedömning borde erhålla ungefär samma resultat, vilket ökar reliabiliteten. Det finns dock ett subjektivt element som man inte kan bortse ifrån vid kvalitetsbedömning. För att ytterligare höja studiens validitet hade även en oberoende granskare varit önskvärd, som hade kunnat kontrollera att studiens artikelurval stod i tillbörlig relation till studiens syfte. En oberoende granskare hade också kunnat kontrollera sakligheten i studiens kvalitetsbedömning.

Varje enskild artikels reliabilitet samt validitet och/eller tillförlitlighet har bedömts och kvalitetsvärderats. Värdet av litteraturstudier är helt beroende av hur väl relevanta studier identifieras och värderas, menar Forsberg & Wengström (2013). Om det funnits ett stort material att tillgå hade jag enbart valt studier av högre kvalitet, där reliabiliteten är beräknad och diskuterad, vilket på så sätt hade höjt validiteten på denna studie.

Resultatdiskussion

Depression påverkar individens tankar, känslor och dennes förmåga att relatera till sin omgivning (Gulmann, 2003) och sex av artiklarna visar att arbetsterapeutiska åtgärder är värdefulla insatser för äldre med depression. Arbetsterapi syftar till att främja personens aktivitetsförmåga och det finns många studier inom arbetsterapi som visar på att aktivitet har god inverkan på människans hälsa (Kielhofner, 2012; Christiansen & Baum, 2005; Townsend, 2002). Det är av stor vikt att aktiviteten är meningsfull för individen eftersom den tillhandahåller en källa till motivation för aktivitetsutförandet. Depressionen kan dock i hög grad se olika ut och sjukdomen kan uttrycka sig olika för olika individer. Det kan vara svårt att hitta en enkel rehabiliteringsformel (en enskild lösning) som gäller i alla fall och det kan faktiskt också vara så att individen är så sjuk att hen inte har kraft nog att engagera sig i en meningsfull aktivitet. I enlighet med Kielhofner (2012) är det därför viktigt att arbetet sker klientcentrerat och har en dynamisk syn på de komponenter som utgör de arbetsterapeutiska åtgärderna.

Det som förenar de inkluderade artiklarna i studien är fokuset på meningsfull aktivitet samt arbetsterapeutiska grupper. Detta resultat är i linje med forskning av Leufstadius et al (2008) som också tar upp betydelsen av upplevd meningsfullhet i en aktivitet, samt vikten av

tillhörighet i någon form av grupp hos psykiskt funktionshindrade. Också McWha, Pachana & Alpass (2003) understryker att det är viktigt med aktivitetsgrupper, eftersom gruppen förankrar individen i ett sammanhang som skapar delaktighet och tillhörighet. Gruppen ska både utgöra en utmaning och en trygghet, bägge delarna är viktigt för individens utveckling mot bättre hälsa. Depression i sig är också en "isolerande" sjukdom, vilket medför att arbetsterapeutiska grupper blir desto viktigare. Forsman (2011) visar också att sociala aktiviteter är effektiva när det gäller att reducera depressiva symtom.

Chippendale & Bear-Lehman, 2012; Cooper, 2013; McWha, Pachana & Alpass, 2003; Sood, Cisek et al, 2003; Han, Kwan et al, 2010; Le Roux & Kemp, 2009 visar att meningsfulla aktiviteter har betydelse för äldre med depression. Mozley & Schneider (2005) påvisar däremot att arbetsterapeutiska åtgärder inte är verkningsfulla i detta sammanhang. Flera av artiklarna noterar också att resultatet i någon utsträckning inte är entydigt, samt att de därför har ett lågt bevisvärde och flera har också fått ett lågt kvalitetsbetyg i tabelleringen. Ett problem kan vara att det är svårt att identifiera de arbetsterapeutiska åtgärdernas positiva resultat. Människors depressionstillstånd är komplexa företeelser som kan vara svåra att så att säga "mäta", samtidigt som kvalitativ forskning är problematisk eftersom man inte kan se statistiska samband med den.

Chippendale & Bear-Lehman (2012), Cooper (2013) samt McWha, Pachana & Alpass (2003) menar dock att det fanns en relation mellan åtgärd och förbättrade depressionssymptom, även om kausala samband inte kan fastställas. Både Cooper (2013) och Mozley & Schneiders (2005) har intervjuer där individer säger sig ha blivit hjälpta av behandlingen.

I synnerhet i ljuset av Mozley & Schneiders (2005) artikel, som visar på svårigheterna med att vetenskapligt bevisa arbetsterapeutiska åtgärders verkan vad gäller rehabilitering för äldre med depression, framstår framtida forskning angelägen. Det är viktigt att mer evidensbaserad forskning om ämnet tillkommer.

Kvalitativ forskning såsom Coopers (2013) kunde komma runt en del av svårigheterna med att mäta förändrade depressiva tillstånd. Kvalitativ forskning ser snarare till upplevelser och erfarenheter och kan därför ibland bättre beskriva individens syn på sig själv och sin hälsa (Backman, 1998).

Konklusion

Syftet med denna litteraturstudie var att kartlägga och värdera arbetsterapeutiska åtgärder som kan användas vid behandling av depression hos äldre. Litteraturstudien åskådliggör att flera arbetsterapeutiska artiklar visar att meningsfulla aktiviteter samt gruppaktiviteter kan användas som åtgärder mot äldre med depression.

Som min studie visat finns det emellertid stort behov av vidare forskning. Studien har bidragit med att ordna redan befintlig kunskap på ett överskådligt sätt, snarare än att ackumulera kunskap. Den kan med andra ord bidra till att lättfattligt presentera verktyg som den enskilde arbetsterapeuten skulle kunna tillgå i sitt arbete med äldre med depression.

Referenser

- Allgulander, C. (2008). *Introduktion till klinisk psykiatri*. Lund: Studentlitteratur
- Backman, J. (2008). *Rapporter och uppsatser*. Lund: Studentlitteratur.
- Christiansen, C., & Baum, C. (Eds) . (2005). *Occupational Therapy: Performance, Participation and Well-Being*. Thorofare: Slack Incorporated.
- *Chippendale, T., Bear-Lehman, J. (2012) Effekt of life review writing on depressive symptoms: A randomized controlled trial. *American Journal of Occupational Therapy*, 66, 438-446.
- *Cooper, P. (2013). Writing for depression in health care. *British Journal of Occupational Therapy*, 76(4), 186-193.
- De Poy, E., & Gitlin, L.N. (1999). *Forskning – en introduktion*. Lund: Studentlitteratur.
- Eklund, M., Gunnarsson, B., & Leufstadius, C. (2010). *Aktivitet & relation. Mål och medel inom psykosocial rehabilitering*. Lund: Studentlitteratur.
- Fiske, A., Wetherell, J.L., & Gatz, M. (2009). Depression in Older Adults. *The Annual Review of Clinical Psychology*, 5, 363-389.
- Forsberg, C., & Wengström, Y. (2013). *Att göra systematiska litteraturstudier*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Forsman, A., Schierenbeck, I., & Wahlbeck, K. (2011). Psychosocial Interventions for the Prevention of Depression in Older Adults: Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Aging and Health* 23, 387
- Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter (2012). *Etisk kod för arbetsterapeuter: antagen av Förbundet Sveriges Arbetsterapeuters fullmäktige 1992, reviderad 2004 och 2012*. ([5.] rev. uppl.) Nacka: Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter (FSA).
- Grimby, A & Grimby, G. (Red.) *Åldrandets villkor* (2001). Lund: Studentlitteratur
- Gulmann, N.C. (Red.). (2003). *Gerontopsykiatri* (3 uppl.). Lund: Studentlitteratur
- Kielhofner, G. (2008). *A Model of Human Occupation. Theory and Application*. Baltimore: Williams & Wilkins.
- Leufstadius, C., Erlandsson, L-K., Björkman, T. & Eklund M. (2008). Meaning events in daily occupations among persons with persistent mental illness. *Occupational Therapy International*, 13, 123-141.
- *Han, P., Kwan. M., Chen. D., Zubaidah-Yusoff, S., Chionh, H.L., Goh, J., Yap, P. (2010). A controlled naturalistic study on a weekly music therapy and activity program on disruptive

and depressive behaviors in dementia. *Demetia and Geriatric Cognitive Disorders*, 30, 540-546.

Kielhofner, G. (2012). *A Model of Human Occupation Theory and Application* (C. Falk, K. Falk, H. Stedman övers.). Lund: Studentlitteratur(Orginalarbete publicerat 2008).

*Le roux, M.C & Kemp. R. (2009). Effect of a compainion dog on depression and anxiety levels of elderly residents in a long-therm care facility. *Psychogeriatrics*, 9, 23-26.

*McWha, L.J., Pachana, N. A., Alpass.F. (2003). Exploring the therapeutic enviroment for older women with late-life depression: An examination of the benefits of an activity group for older people suffering from depression. *Australian Occupational Therapy Journal*, 50, 158-169.

*Mozley, C.G & Schneider, J. (2007). The care home aktivty project: Does introducing an occupational therapy programme reduce depression in care homes? *Aging & Mental health*, 11(1), 99-107.

Nilsson, I., Townsend, E. (2010). Occupational justice-bringing theory and practice. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 17(1), 57-63.

Nyman, A., Josephsson, A., Isaksson, G. (2012). Being part of an enacted togetherness: Narratives of elderly with depression. *Journal of Aging Studies* 26, 410-418 .

Regeringskansliet (2011) www.regeringen.se/content/1/c6/18/37/41/3014596d.pdf

Socialstyrelsen.(2008). Äldres psykiska ohälsa. Stockholm: Socialstyrelsen

Socialstyrelsen. (2012) Äldres behov av psykiatrisk vård och stöd. www.socialstyrelsen.se
Publicerad februari 2012

*Sood, J.R, Cisek. E., Zimmerman, J.,et al. (2003). Treatment of Depressive Symptoms During Short-Term Rehabilitation: An attempted replication of the DOUR Projekt. *Rehabilitation Psychology*, 48(1), 44-49.

Steinman, L., Frederick, J., Prohaska, T., Satariano, W., Dornberg-Le, S., Fisher, R., Graub, P., Leith, K., Presby, K., Sharkey, J., Snyder, S., Turner, D., Wilson, N., Yagada, L., Unutzer, J., Snowden, M (2007) Recommendations for treating depression in community-based older adults. *American Journal of Preventive Medicine*, 33(3), 175-18.

Townsend, E. (2002). Enabling occupation: an occupational therapy perspective. (Red. Ed.)
Ottawa: CAOT Publications ACE.

Wang, D. (2011). Interdisciplinary methods of treatment of depression in older adults: A primer for practitioners. *Activities, Adaptation & Aging*, 35, 298-314.

*Artiklar som ingår i litteraturstudien

Bilaga 1: artikelmatris

Författare / titel	Syfte	Undersökningsgrupp	Metod	Resultat
Chippendale, T., Bear-Lehman, J. (2012)	Vill undersöka effekterna av arbetsterapeutisk "life review"-åtgärd gentemot äldre som anses ha depression enligt Geriatric Depression Scale (GDS).	Boenden på 4 äldreboende i New York. Sammanlagt 50 personer, varav 22 i kontrollgrupp.	Under 8 veckor träffas deltagarna 1 gång i veckan för en workshop om självbiografiskt skrivande.	Resulterade i statistiskt signifikant förbättring enligt GDS.
Cooper, P. (2013)	Med hjälp av Using Writing as Therapy (UWaT) och Creative Writing (CW) undersöks eventuellt förbättringar gällande depression.	3 UWaT-grupper (sammanlagt 16 deltagare), 3 CW-grupper (sammanlagt 20 deltagare varav endast 12 fullföljde).	"Action research" (UWaT). Direkt observation, fältanteckningar samt intervjuer (CW). Kvalitativ metod.	Goda om än inte entydiga resultat. Både formerna av skrivande kräver enligt Cooper mer forskning. Så väl UWaT & CW förutsätter kunskaper hos kursledare.
Han.P., Kwan. M., Chen. D. Et al (2010)	Utforskar musikterapi och aktivitetsprogram positiva inflytande på individer med demens samt depression.	28 Deltagare samt 15 personer i kontrollgrupp. Demenssjuka vid ett sjukhus i Singapore.	1 gång i veckan under 8 veckor träffas man i grupp med musikterapeut samt arbetsterapeut. Utifrån Apparent Emotion Scale (AES) & Revised Memory and Behavioral Problems Checklist (RMBPC) kartläggs förändringar genom kursens gång.	Ingen skillnad mellan deltagare och kontroll, förutom i en delskala av RMBPC som mäter depression. I förhållande till kontrollgruppen upplevde deltagarna ett bättre mående.
Le roux M.C & Kemp. R. (2009)	Målet är att undersöka effekten av sällskapshund (companion dog) på depression & ångest på ett långtidsvårdboende.	16 boende i Bisoph Lavis varav hälften i kontrollgrupp.	Hälsan mättes med före och efter åtgärd med Beck Depression Inventory (BDI) & Beck Anxiety Inventory (BAI). Under 6 veckor Animal Assited Activity.	Deltagarna mätte bättre hälsa enligt BDI samt oförändrad hälsa enligt BAI.

Författare / titel	Syfte	Undersökningsgrupp	Metod	Resultat
McWha., L.J., Pachana . N. A., Alpass.F.(2003)	Studien undersöker en terapeutisk aktivitetsgrupp som utvecklats under 4 år av arbetsterapeuter, som också innehåller psykosocial behandling. Syftet är att kartlägga projektets fördelar utifrån deltagarnas och behandlarnas perspektiv.	25 deltagare (äldre kvinnor) som antingen deltagit eller deltar i projektet. 9 behandlare.	Modell of Occupational Spin-off.	Både deltagare och behandlare var positiva till psykosociala aktivitetsgrupper som behandling av depression.
Mozley, C.G & Schneider, J. (2007)	Att testa hypotesen att depression på vårdhem för äldre kunde reduceras med hjälp av arbetsterapeutiska åtgärder.	143 deltagare på 8 vårdhem (varav 4 vårdhem ingick som kontrollgrupp).	Hälsan mättes före och efter åtgärd med Geriatric Mental State - Depression Scale. Under 12 månader regelbundna aktiviteter.	Ingen förbättring utifrån kvantitativ data. Intervjuer visade dock att somliga individer var positivt inställda till behandlingen samt trodde att den hjälpt.
Sood, J.R. Cisek, E. Zimmerman , J. Et al (2003)	Återupprepning av Depression in Older Urban Rehabilitation Program-projektet (DOUR, 1996) för att kunna säkra resultat. Ansats att utvidga projektet, som syftade till att behandla äldre med depression.	14 deprimerade äldre (varav 8 i kontrollgrupp) i korttidsbehandling på sjukhem.	Arbetsterapeuter tränades i att behandla depression med KBP samt angenäma aktiviteter. Hälsan mättes med Geriatric Depression Scale, Short Form-12 samt Multi-Level Assesment Instrument före och efter åtgärd.	Medan 75% av kontrollgruppen efter åtgärdens slut led av depression led 33% av deltagarna av depression.

Bilaga 2: Modifierad granskningsmall för kvantitativa/kvalitativa artiklar enligt Forsberg & Wengström (2013)

Kvantitativ

A. Syftet med studien?

- Är frågeställningarna tydligt beskrivna?
- Är designen lämplig utifrån syftet?

B. Undersökningsgrupp

- Finns det inklusionskriterier?
- Finns det exklusionskriterier?
- Vilken urvalsmetod användes?
- Är undersökningsgruppen representativ?
- Står det antalet deltagare som inkluderades i undersökningen?

C. Mätmetoder

- Står det vilka mätmetoder som använts?
- Var reliabiliteten beräknad?
- Var validiteten diskuterad?

D. Analys

- Står det hur stort bortfallet var?
- Finns det en bortfallsanalys?
- Var den statistiska analysen lämplig?
- Erhölls signifikanta skillnader?

E. Värdering

- Kan resultaten generaliseras till en annan grupp?
- Kan resultaten ha klinisk betydelse?

Kvalitativ

A. Syftet med studien

- Vilken kvalitativ metod har använts?
- Är designen av studien relevant för att besvara frågeställningen?

B. Undersökningsgrupper

- Är urvalskriterier för undersökningsgruppen tydligt beskrivna?
- Var genomfördes undersökningen?
- Vilken urvalsmetod används och vilken undersökningsgrupp används?

C. Metod för datainsamling

- Är fältarbetet tydligt beskrivet?
- Beskrivs metoden för datainsamlingen?
- Är data systematiskt insamlad?

D. Dataanalys

- Är analys och tolkning av resultat diskuterade?
- Är resultatet trovärdigt?
- Är resultatet pålitligt?
- Är fenomenet konsekvent beskrivet?
- Är resultaten återförda och diskuterade med undersökningsgruppen?
- Är de teorier och tolkningar som presenteras baserade på insamlade data?

E. Utvärdering

- Kan resultaten återkopplas till den ursprungliga forskningsfrågan?
- Stöder insamlade data forskarens resultat?
- Har resultaten klinisk relevans?
- Diskuteras metodologiska brister?