

Lýðheilsumat

á óbeinum áhrifum COVID-19 faraldursins á heilsu og líðan í Reykjavík

Desember/2021

Samantekt

Í nýrri lýðheilsustefnu Reykjavíkurborgar er ein aðgerðin þróun og innleiðing á lýðheilsumati. Fyrsta skrefið í þeirri vinnu var að velja tilraunaverkefni til að beita lýðheilsumatinu á og í samstarfi við embætti landlæknis var ákveðið að kanna möguleg óbein áhrif COVID-19 faraldursins á lýðheilsu í Reykjavík. Ljóst er að COVID-19 faraldurinn og aðgerðir vegna hans höfðu óbein áhrif á heilsu og líðan í Reykjavík. Hér í skýrslunni er staðan könnuð árið 2020, og ef gögn leyfa eftir fyrstu bylgju faraldurs og þriðju bylgju faraldurs. Áhrifin voru misalvarleg og bæði af hinu jákvæða og neikvæða, þó fleiri voru af hinu síðarnefnda. Flest áhrifin eru væg en sum meiriháttar og þarf sérstaklega að fylgjast með, enda er faraldurinn ekki lokið og langtíma áhrif hans enn óljós.

- Börn og ungmenni

Áhrif faraldursins á börn og ungmenni voru nokkur. Röskun var á leik- og grunnskólastarfi sem fól í sér tímabundið fjarnám eða staðnám með skertum hætti. Íþrótt- og tómstundastarf varð einnig fyrir röskunum, það lagðist niður á tímabilum eða var útfært með heimaæfingum eða sambærilegum úrræðum. Niðurstöður lýðheilsuástandsins sýna m.a. að grunnskólanemum þótti námið ekki jafn skemmtilegt og áður fyrr, þeim leið sem þau væru minna við stjórn á eigin lífi og andleg líðan þeirra var verri. Skjátími barna í 5. – 7. bekk jókst töluvert, t.d. á samfélagsmiðlum en þessi hópur hefur ekki aldur til að vera á slíkum miðlum. Faraldurinn hafði einnig áhrif á hreyfingu og mataræði grunnskólanema en þeir hreyfðu sig minna, mættu á færri íþróttæfingar og ávaxta- og grænmetisneysla þeirra minnkaði á tímabilinu. Jákvæðar afleiðingar faraldursins eru þær að grunnskólanemar eyddu meiri tíma með foreldrum sínum á þessu tímabili. Faraldurinn virðist ekki hafa áhrif á viðhorf foreldra leikskólabarna, en ánægja foreldra með leikskóla minnkaði ekki og jafn hátt hlutfall foreldra telja að barninu sínu líði vel og sé öruggt í leikskólanum einsog fyrir faraldurinn.

- Framhaldsskólanemar

Líf framhaldsskólanema raskaðist hins vegar gífurlega vegna faraldursins, skólinn var í fjarnámi að mestu leyti, lítið sem ekkert félagslíf á vegum nemendafélaga og takmörkuð tækifæri til að hitta skólafélaga og vini. Niðurstöður lýðheilsuástandsins sýna m.a. að framhaldsskólanemar voru meira einmana, andleg og líkamleg líðan þeirra var verri og þeir áttu erfiðara með nám miðað við fyrri mælingu. Gögnin sýna einnig jákvæðar niðurstöður, færri framhaldsskólanemar sváfu of stutt, drukku færri orkudrykki og færri höfðu verið drukkin miðað við fyrri mælingu. En mikilvægt er að fylgjast áfram með þessum hópi og hlúa að honum, faraldurinn stóð yfir stóran hluta af mikilvægum mótunarárum framhaldsskólanema.

- Fullorðnir

COVID-19 faraldurinn hafði viss áhrif á fullorðna í Reykjavík. Jákvæð áhrif faraldursins voru meðal annars að ölvunardrykkja minnkaði, hlutfall fullorðinna sem drakk fimm eða fleiri áfanga drykki einu sinni eða oftar síðustu þrjátíu daga lækkaði töluvert. Það á við um bæði kyn og flesta aldurshópa. Neikvæð áhrif faraldursins eru meðal annars að fullorðnir hreyfðu sig minna og færri tóku þátt í virkum ferðamáta til og frá vinnu eða skóla og á það sérstaklega við um konur. Ávaxtaneysla minnkaði hjá öllum fullorðnum og sérstaklega konum, en neysla sykraðra gosdrykkja jókst hjá konum á tímabilinu. Konum virðist einnig hafa líðið verr en bæði jókst einmanaleiki kvenna á tímabilinu og konur í aldurshópnum 55 ára og eldri og konur með grunnskólamenntun eru minna hamingjusamar en áður.

- Eldri borgarar

Eldri borgarar fundu töluvert fyrir faraldurinum. Niðurstöður lýðheilsuástandsins sýna að dagleg samskipti þeirra við aðra en heimilismeðlimi minnkuðu töluvert á tímabilinu, faraldurinn hafði einnig áhrif á andlega og líkamlega heilsu þeirra og stór hluti hópsins dró úr líkamspjálfun eftir að faraldurinn skall á. Nýting eldri borgara á þjónustu velferðasviðs breyttist einnig töluvert í faraldurinum, m.a. var mikil fækun í fjölda ferða á vegum akstursþjónustu aldraða á tímabilinu en mikil aukning var á heimsendum

mati. Sami fjöldi nýtti sér þjónustu heimahjúkrunar en lækkun var í fjölda notenda félagslegrar heimilisþjónustu, þar er greinilegt að þegar fólk hafði val um að sleppa þjónustu var sá möguleiki nýttur.

- Viðkvæmir hópar

Faraldurinn hafði einnig áhrif á aðra viðkvæma hópa. Faraldurinn raskaði daglegu lífi hjá fötluðum einstaklingum að vissu leyti þar sem breyting var á starfsemi og búsetuúrræðum tengdum honum. Tölur um akstursþjónustu fatlaðs fólks sýna einnig að nýting hópsins minnkaði gífurlega, sérstaklega í fyrstu bylgju. Faraldurinn hafði einnig viss neikvæð áhrif á íbúa af erlendum uppruna, en atvinnuleysi vegna faraldursins er hærra hjá hópnum. Einnig var upplýsingaflæði til hópsins takmarkað í byrjun faraldursins en í byrjun fyrstu bylgju var nokkuð um það að börnum af erlendum uppruna var haldið heima, vegna þess að foreldrar þeirra fylgdust með fréttum og aðgerðum í heimalöndum sínum, fremur en íslenskum. Hins vegar hafði faraldurinn jákvæð áhrif á heimilisláusa í Reykjavík, þjónusta við þann hóp var bæði aukin og aðlöguð að aðstæðum. Einnig var komið á sérstöku neyðarúrræði fyrir heimilisláusar konur sem veitti þeim varanlegan samastað.

- Aðrir velferðarþættir

Atvinnuleysi í Reykjavík jókst töluvert á tímum faraldursins, og var sérstaklega hátt í þriðju bylgju faraldursins enda nokkrar atvinnugreinar sem lögðust af á tímabilinu. Fjárhagsaðstoð til framfærslu jókst á tímabilinu og útskýrist að hluta til vegna faraldursins og hluta til vegna annarra þátta. Aukning var í tilkynningum til barnaverndar og vegna heimilisofbeldis, en vegna faraldursins var einangrun einstaklinga meiri en vanalega sem getur aukið hættu á slíkum brotum. Einnig eru fræðilegar vísbendingar um að jafnrétti kynjanna hafi minnkað á Íslandi á tímum faraldursins. Þar sem hugrænni byrði og ólaunuð vinna kvenna heima fyrir, þá sérstaklega mæðra, jókst í faraldrinum.

Þrátt fyrir þessar niðurstöður komu aðgerðir bæði stjórnvalda og Reykjavíkurborgar í veg fyrir að ekki fór verr og hafa þær að öllum líkindum temprað áhrif faraldursins. Sérstaklega má nefna þá ákvörðun Reykjavíkurborgar að veita og tryggja grunnþjónustu, líkt og að halda skólasterfi opnu og aðrar afmarkaðar viðspyrnuaðgerðir.

Efnisyfirlit

Samantekt.....	1
Efnisyfirlit.....	3
1. Inngangur	4
Um COVID-19 faraldurinn á Íslandi og tengdar aðgerðir.....	4
Vinnan	4
Lýðheilsumat - skilgreining.....	5
2. Gögn.....	6
3. Niðurstöður lýðheilsumats.....	7
Börn á leikskólaaldri.....	7
Börn og unglingar í grunnskóla.....	7
Framhaldsskólanemar	11
Börn – viðkvæmir hópar.....	14
Fullorðnir	16
Fullorðnir – Konur.....	17
Fullorðnir – Karlar	18
Eldri borgarar	19
Viðkvæmir hópar og aðrir velferðarpættir.....	21
4. Viðspyrnuaðgerðir Reykjavíkurborgar.....	25
5. Niðurstöður og næstu skref	26
Viðauki I: Lýðheilsumat skilgreining á COVID-19 aðgerðum.....	27
Viðauki II: Gögn og tölfræði.....	29

1. Inngangur

Ein aðgerð í nýrri lýðheilsustefnu Reykjavíkur er þróun og innleiðing á lýðheilsumati. Fyrsta skrefið í þeirri vinnu var að velja tilraunaverkefni til að beita lýðheilsumatinu á. Í samstarfi við embætti landlæknis var ákveðið að fyrsta verkefnið væri að kanna óbein áhrif COVID-19 faraldursins á lýðheilsu, en stýrihópur skipaður af heilbrigðisráðherra sem embætti landlæknis leiðir vinnur að því að meta þau áhrif á landsvísu. Það þótti því áhugavert að beita lýðheilsumatinu og kanna samhliða möguleg áhrif faraldursins á vettvangi sveitarfélags.

Embætti landlæknis hefur það sem af er gefið út [eina skýrslu](#) í vinnu stýrihópsins. Þar kemur m.a. fram samanber skipunarbréf stýrihópsins að greining óbeinna áhrifa COVID-19 á heilsu Íslendinga sé mikilvæg til að mæla áhrif aðgerða sem ætlaðar eru til að efla lýðheilsu og draga úr neikvæðum afleiðingum faraldursins. Frekari innsýn skorti í óbein áhrif faraldursins á Íslandi en rannsóknir um allan heim sýna merkjanlegan mun á heilsu og vellíðan á milli þjóðfélagshópa sem skilgreindir eru t.d. út frá kyni, menntun, tekjum og búsetu. Einnig að faraldurinn geti aukið ójöfnuð til heilsu, bæði til lengri og skemmri tíma litið.

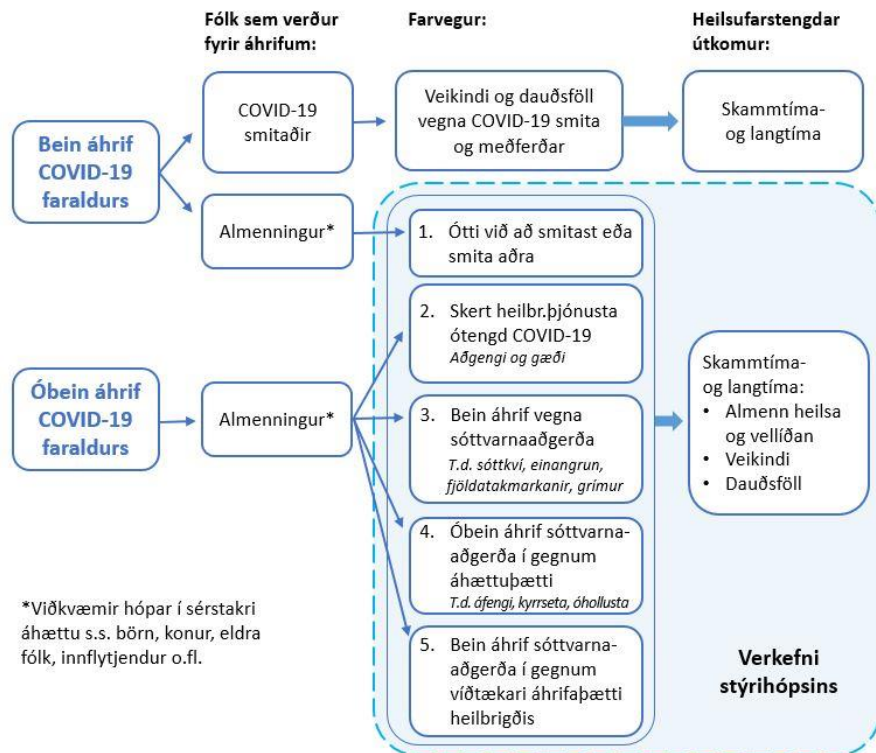
Um COVID-19 faraldurinn á Íslandi og tengdar aðgerðir

Viðbrögð [Íslenskra stjórnvalda](#) og markmið aðgerða vegna COVID-19 hafa frá upphafi verið skýr. Áhersla hefur verið lögð á að tryggja að nauðsynlegir innviðir landsins og þá sérstaklega heilbrigðiskerfið sé í stakk búið til að takast á við álagið sem óhjákvæmilega myndast vegna sjúkdómsins hér á landi. Þá var áhersla á vernd þeirra hópa sem vitað var að væru viðkvæmastir fyrir veikindum af völdum veirunna.

Allt frá því að COVID-19 faraldurinn kom til landsins hefur það verið frumskylda [Reykjavíkurborgar](#) að veita og tryggja órofna grunnþjónustu. Hratt var brugðist við og mikil endurskipulagning í starfi átti sér stað í byrjun faraldursins til að taka á aðstæðum. Einnig voru samþykktar 13 [aðgerðir](#) í borgarráði í mars 2020 með það að markmiði að stytta niðursveifluna eins og kostur er, verja lífsafkomu og lífskjör allra borgarbúa, styðja við endurreisn fyrirtækja og atvinnulífs og skapa á ný fjölbreytta og blómlega framtíð í Reykjavík.

Vinnan

Til að nálgast þetta viðamikla verkefni með eins markvissum hætti og kostur er var ákveðið að nýta aðferðarfræði lýðheilsumats (e. health impact assessment). Byggt er á, samanber skýrslu embætti landlæknis, efni og reynslu Public Health Wales - Wales Health Impact Assessment Support Unit af framkvæmd lýðheilsumats og þá ekki síst stuðst við fyrirbyggjandi upplýsingar um lýðheilsumat á áhrifum COVID-19 aðgerða í Wales, sjá nánar í viðauka I. Til að afmarka vinnuna var einnig m.a. stuðst við efni sem [Evrópuskrifstofa Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar](#) gaf út í vor og er ætlað að leiðbeina aðildarlöndum við að meta víðtækari áhrif faraldursins, sbr. mynd 1.



Mynd 1. Afmörkun á vinnu samanber ramma Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar, mynd fengin úr skýrslu embætti landlæknis.

Lýðheilsumat - skilgreining

Lýðheilsumat er skilgreint sem mat á áhrifum stefna og aðgerða á heilsu og líðan fólks og dreifingu þessara áhrifa innan þýðisins. Tilgangurinn er að hámarka möguleg jákvæð áhrif og lágmarka möguleg neikvæð áhrif að teknu tilliti til lýðheilsu. Lýðheilsumat er til í ólíkum útfærslum sem krefjast mismikillar sérfræðiþekkingar og aðfanga

Þetta lýðheilsumat var:

- framkvæmt eftir innleiðingu
- umfang þess var töluvert
- var gagnreynt, byggt á gögnum og skýrslum

Meginskref lýðheilsumatsins eru eftirfarandi

1. **Screening:** Hvernig hefur COVID-19 faraldurinn og takmarkanir vegna hans haft áhrif á heilsu og líðan í Reykjavík ?
2. **Scoping:** Hvaða aðföng, tímaramma, stefnur og stöðu þekkingar þarf að íhuga? Þarf að stofna stýrihóp? Skilgreina hlutverk og ábyrgð.
3. **Appraisal/Assesment of evidence:** mat á fyrirliggjandi gögnum.
4. **Reporting and recommendations:** gerð lýðheilsumatsskýrslu og annarra samantekta.
5. **Review and reflection:** þar með talið vöktun og mat. Hafði lýðheilsumatið og einhverjar niðurstöður áhrif á heilsu og vellíðan eða ferlið við ákvarðanatöku?

2. Gögn

Verkefnið var yfirgripsmikið en byrjað var að kortleggja vinnuna og safna saman upplýsingum um ýmis gögn, skýrslur og önnur gagnleg skjöl. Tveir óformlegir vinnuhópar voru stofnaðir til að rýna ákveðin gögn, annar með starfsfólki af skóla- og frístundasviði og hinn með starfsfólki af velferðarsviði. Einnig var fundað með ýmsu starfsfólki borgarinnar m.a. af þjónustumiðstöðvum, leikskólaskrifstofu, í jafnréttismálum, af ÍTR, heilbrigðiseftirlitinu, í málefnum heimilislausra, flóttafólks og viðkvæmra barna.

Gögn voru fengin víðsvegar að, enda fjölbreyttur hópur til skoðunar. Gögn um börn og unglunga voru fengin frá Skólapúlsinum og gögn um börn, unglunga og framhaldsskólanema voru fengin frá Rannsóknnum og greiningu. Gögn um fullorðna, 18 ára og eldri, voru fengin úr vöktun embættis landlæknis. Gögn um eldri borgara voru fengin frá Félagsvísindastofnun Háskóla Íslands, úr spurningakönnuninni Hagir eldri borgara. Tölfræði velferðarsviðs var einnig nýtt en hún snýr m.a. að þjónustu við viðkvæma hópa líkt og eldri borgara, fatlað fólk, heimilislauða og aðra þætti, sjá viðauka II.

Í viðauka II er fjallað ítarlega um aðferðarfræðina og þær tölfræðilegu niðurstöður sem voru greindar eru einnig birtar þar. Til að kanna möguleg óbein áhrif COVID-19 faraldursins voru gögn sem snéru að heilbrigði og lifnaðarháttum skoðuð. Bornar voru saman mælingar frá tveimur tímamótum, fyrir COVID-19 og eftir að COVID-19 faraldurinn hófst. Ef um var að ræða jákvæða eða neikvæða breytingu á hlutfalli eða marktæka breytingu voru breytingarnar greindar sem möguleg áhrif faraldursins, sjá nánar í viðauka II. Niðurstöður lýðheilsuástandsins eru birtar í töflum þar sem áhrif faraldursins á ákveðna hópa eru greind. Á mynd 2 má sjá yfirlit um tegund áhrifa, líkur á áhrifum og alvarleika áhrifa.

Tegund áhrifa		
Jákvæð		Neikvæð
Áhrif sem eru talin hafa jákvæð áhrif á heilsu eða bjóða upp á tækifæri til þess		Áhrif sem eru talin hafa neikvæð áhrif á heilsu og skerða heilbrigði einstaklinga
Líkur á áhrifum		
Staðfest	Sterk staða þekkingar frá áreiðanlegum heimildum um að áhrif hafa átt sér stað eða munu koma fram. Líkt og marktækni próf þegar það á við.	Staðfest
Líkleg	Líklegt að áhrif hafi átt sér stað eða mun koma fram. Bein sönnun en frá takmörkuðum heimildum, t.d. breytingar á hlutfalli en ekki marktækni, niðurstöður skýrsla eða minnisblaða.	Líkleg
Möguleg	Áhrif gætu eða gætu ekki átt sér stað. Sennilegt en takmarkaðar heimildir sem styðja það. Niðurstöður skýrsla eða minnisblaða.	Möguleg
Alvarleiki áhrifa		
Meiriháttar	Gífurleg áhrif í magni, gæðum eða umfangi. Það mikil áhrif að það sé þess virði að fylgjast með. Þarf eftirfylgni og endurmat eftir ákveðin tíma.	Meiriháttar
Miðlungs	Meðal áhrif í magni, gæðum eða umfangi. Munu líklegast ganga aftur til baka.	Miðlungs
Lágmarks	Lágmarks áhrif í magni, gæðum eða umfangi. Smávægileg áhrif sem munu ganga fljótt aftur til baka.	Lágmarks

Mynd 2. skema yfir mat á áhrifum.

3. Niðurstöður Lýðheilsumats

Börn á leikskólaaldri

Tafla 1. Lýðheilsumat helstu áhrif faraldursins á börn á leikskólaaldri

Börn á leikskólaaldri	Jákvæð áhrif		Neikvæð áhrif		Skýring
	Líkur	Alvarleiki	Líkur	Alvarleiki	
	Staðfest	Meiriháttar	Staðfest	Meiriháttar	
	Líkleg	Miðlungs	Líkleg	Miðlungs	
	Möguleg	Lágmarks	Möguleg	Lágmarks	
Börn á leikskólaaldri	Möguleg	Lágmarks	Möguleg	Lágmarks	<p>Jákvætt: Skólastarfi var haldið gangandi, gögn sýna að foreldrar leikskólabarna í Reykjavík telja að börnum sínum líði vel og séu örugg í leikskólanum, þrátt fyrir faraldurinn.</p> <p>Neikvætt: Minna foreldrasamstarf og takmarkaðra upplýsingaflæði, t.d. í gegnum óformleg samskipti.</p>

Börn á leikskólaaldri – Áhrif ●●

Niðurstöður úr könnun á viðhorfum foreldra barna í leikskólum í Reykjavík, framkvæmd í mars 2021, bendir til þess að þegar á heildina litið eru foreldrar ánægðir með leikskólann, telja að barninu sínu líði vel og sé öruggt. Niðurstöðurnar eru nánast þær sömu og fyrir tveimur árum þegar könnunin var síðast lögð fyrir og COVID-19 faraldurinn ekki haft áhrif á þessa þætti. Hins vegar sjást áhrif sóttvarnaaðgerða greinilega í spurningum sem snúa að samstarfi við foreldrasamfélagið. Foreldrar nefndu einnig að upplýsingaflæði hafi takmarkast, sérstaklega vegna færri tækifæra til óformlegra samskipta.

Börn og unglingar í grunnskóla

Tafla 2. Lýðheilsumat helstu áhrif faraldursins á börn og unglinga (5.-10. bekkur)

Börn og unglingar (5.-10. b)	Jákvæð áhrif		Neikvæð áhrif		Skýring
	Líkur	Alvarleiki	Líkur	Alvarleiki	
	Staðfest	Meiriháttar	Staðfest	Meiriháttar	
	Líkleg	Miðlungs	Líkleg	Miðlungs	
	Möguleg	Lágmarks	Möguleg	Lágmarks	
Nám			Staðfest	Miðlungs	Neikvætt: Færri börnum í 5.-7. bekk þótti námið skemmtilegt á tímabilinu.
Samskipti og samvera með foreldrum	Staðfest	Miðlungs	Líkleg	Lágmarks Miðlungs	<p>Jákvætt: Unglingar í 8.-10. bekk eyddu meiri tíma með foreldrum sínum á virkum dögum og um helgar á þessum tíma, miðað við fyrri mælingar.</p> <p>Neikvætt: Bæði börn og unglingar áttu ekki jafn auðvelt með að fá umhyggju og hlýju frá foreldrum á tímum faraldursins.</p>
Líðan			Staðfest	Meiriháttar Miðlungs	Neikvætt: Faraldurinn hafði áhrif á líðan barna. Meðal annars fannst grunnskólánemum þau vera minna við stjórn á eigin lífi og hærra hlutfall barna finnst þau ekki skipta neinu máli fyrir aðra.
Svefn			Óljóst	Óljóst	Óljóst: Börn í 5.-7. bekk áttu erfiðara með að sofna eða halda sér sofandi og fleiri unglingar mátu að þau fengu ekki nægan svefn á virkum dögum. Óljóst er hvort þetta tengist faraldurinum því fyrri mælingar voru með þeim bestu svefn mælingum sem hafa sést í nokkur ár.

Skjótími			Staðfest	Meiriháttar Miðlungs	Neikvætt: Skjótími barna í 5.-7. bekk jókst á tímum faraldursins, hækkun var á hlutfalli barna sem eyðir 3 tímum eða meira á dag á samfélagsmiðlum eða í tölvuleikjum. Þessi aldurshópur ætti ekki að vera á samfélagsmiðlum samkvæmt skilmálum þeirra. Skjótími unglunga stóð hins vegar í stað.
Hreyfing			Staðfest	Miðlungs	Neikvætt: Unglingar hreyfðu sig minna af ákefð og færri stunduðu skipulagða íþróttastarfsemi. Íþróttaiðkun barna í 5.-7. bekk stóð í stað milli mælinga.
Mataræði			Staðfest	Lágmarks	Neikvætt: Ávaxta og grænmetisneysla barna og unglunga minnkaði á tímabilinu.
Áhættuhegðun	Möguleg	Miðlungs			Jákvætt: Lítil sem engin breyting var á vísum sem segja til um áhættuhegðun unglunga milli tímabila, líkt neysla áfengis, nikótíns og marjúána.
Nýting frístundakorts	Óljóst	Óljóst	Óljóst	Óljóst	EKKI NÆG GÖGN TIL STAÐAR TIL AÐ META ÁHRIF.
Fjöldi barna á biðlista eftir skólalþjónustu			Staðfest	Miðlungs	Neikvætt: Faraldurinn virðist hafa viss áhrif á fjölda barna á biðlista eftir skólalþjónustu. Töluvert færri börn voru á biðlista í fyrstu bylgju miðað við árið áður en fjölgar svo þegar líður á þriðju bylgju.

Nám – Áhrif ●

Lækkun er á hlutfalli barna í 5 – 7. bekk sem þykir námið skemmtilegt. Sömu þróun er að finna meðal drengja á sama aldursbili. Möguleg útskýring þess gæti verið að námið hliðraðist til með þeim afleiðingum að námsdagarnir urðu einhæfari, minna var um uppbrot á skóladeginum og börn voru einnig að hluta til í fjarkennslu. Sum börn nutu sín vel við þá breytingu en önnur ekki.

Samskipti og samvera með foreldrum – Áhrif ● ●

Börn í 5. – 7. bekk eyddu sambærilegum tíma með foreldrum sínum á virkum dögum miðað við fyrri mælingu en það var lækkun á hlutfalli barna í 5. – 7. bekk sem eyddu miklum tíma með foreldrum um helgar. Óljóst er hvort COVID-19 faraldurinn hafi áhrif á þessa lækkun. Unglingar í 8 – 10. bekk eyddu hins vegar töluvert meiri tíma með foreldrum sínum á virkum dögum og um helgar á þessum tíma, miðað við fyrri mælingar. Börn í báðum aldurshópum áttu ekki jafn auðvelt með að fá umhyggju og hlýju frá foreldrum miðað við fyrri mælingar. Það sem gæti mögulega útskýrt þessa lækkun er að þrátt fyrir að samvera fjölskyldna hafi verið meiri, vegna heimavinnu og fjarkennslu, þá hafi það ekki endilega verið auknar gæðastundir. Þessi tími hafi jafnvel fremur [aukið álag](#) á samband fjölskyldumeðlima.

Líðan – Áhrif ●

COVID-19 faraldurinn hafði neikvæð áhrif á líðan grunnskólanema, sérstaklega stelpur. Gögn frá Skólalþjónunum sýna að munur er á kvarðanum stjórn á eigin lífi milli ára, en hægt er að draga þá ályktun að sóttvarnaraðgerðir og sú skerðing á frelsi sem þeim fylgdu höfðu þau áhrif að börn upplifðu sig takmarkað við stjórn. Kvarðinn sjálfsálit hefur farið dalandi síðustu ár þar sem hver nýr árgangur mælist lægri en árgangurinn á undan. Ekki er hægt að rekja þau áhrif til COVID-19 faraldursins. Hins vegar er munur á svarhlutfalli á einni spurningu kvarðans sjálfsálit sem er hægt að greina sem áhrif faraldursins. En töluvert hærra hlutfall barna var sammála fullyrðingunni að þeim finnist þau ekki skipta máli fyrir aðra. Eirðarleysi, breytingar í dagskrá og takmarkað félagsstarfs gæti útskýrt þær niðurstöður. Það eru blikur á lofti þar sem vanlíðan barna hefur almennt aukist á síðustu árum, því er mikilvægt að fylgjast ítarlega með líðan barna og unglunga þar sem faraldurinn hefur einnig [aukið vanlíðan](#) barna.

Svefn – Áhrif ●

Hlutfall barna í 5. – 7. bekk sem átti erfitt með að sofna eða halda sér sofandi hækkaði miðað við fyrri mælingu, hlutfallið hækkaði sérstaklega hjá stelpum. Einnig lækkaði hlutfall þeirra unglunga sem mátu að þau fengu nægan svefn á virkum dögum. Óljóst er hvort þetta tengist faraldrinum því fyrri mælingar voru með þeim bestu svefn mælingum sem hafa sést í nokkur ár. En ef svo er þá geta mögulegar ástæður sem hafa neikvæð áhrif á svefn barna verið meiri skjánotkun, minni hreyfing, takmarkað íþróttastarf, útivera eftir miðnætti og jafnvel vanlíðan eða óvissa vegna faraldursins.

Skjátími – Áhrif ●

Skjátími barna í 5. – 7. bekk jókst á tímum faraldursins en þau sem eyddu annað hvort þremur klukkustundum eða meira í tölvuleikjum eða á samfélagsmiðlum fjölgaði töluvert á milli mælinga. Skjánotkun barna er mismunandi eftir kynjum, stelpur sækja frekar í samfélagsmiðla en strákar frekar í tölvuleiki. Vert er að benda á að flest öll samfélagsmiðlaforrit eru ekki leyfð þessum aldurshópi en mögulega hefur börnum verið hleypt fyrr á samfélagsmiðla vegna meiri félagslegrar einangrunar vegna samkomutakmarkanna. Mikilvægt er að fylgjast með þessari þróun enda ekki eðlilegt að svo ung börn séu á samfélagsmiðlum, sérstaklega þar sem [rannsóknir](#) benda til þess að samfélagsmiðlar geta haft neikvæð áhrif á andlega líðan barna og ungmenna. Hins vegar er áhugavert að sjá að það var næstum sama hlutfall unglunga sem eyddi þremur tímum eða meira á samfélagsmiðlum í báðum mælingum. Faraldurinn hafði því ekki áhrif á skjátíma þessa hóps, þar sem hann hefur líklegast verið kominn inn á samfélagsmiðla.

Hreyfing – Áhrif ●

Það var lítil sem engin breyting á þátttöku barna í 5. – 7. bekk í skipulagðri íþróttastarfsemi þrisvar sinnum í viku eða oftar milli tímabila. Unglingar í 8. – 10. bekk hreyfðu sig hins vegar minna, hlutfall þeirra sem stunda skipulagða íþróttastarfsemi þrisvar sinnum í viku eða oftar lækkar miðað við fyrri mælingu. Einnig var lækkan á hlutfalli þeirra unglunga sem hreyfðu sig fjórum sinnum eða oftar í eina klukkustund eða meira á viku. Áhrif samkomutakmarkanna vegna COVID-19 faraldursins eru greinileg hér. Mögulega jókst brottfall úr skipulögðu íþróttastarfi vegna þeirra og hugsanlegt er að hluti þessa unglunga skili sér ekki aftur í íþróttastarfið, þessu þarf að fylgjast með þar sem starfið hefur mikið lýðheilsu og forvarnargildi.

Mataræði – Áhrif ●

Hlutfall barna í 6. – 10. bekk sem borðar einn ávöxt eða fleiri á dag lækkaði milli tímabila og sömuleiðis hlutfall barna sem borða eina grænmetistegund á dag eða fleiri. Sambærilegar niðurstöður er að finna hjá fullorðnum í Reykjavík. Möguleg skýring á þessari lækkan er að vanalega taka börn ávexti eða grænmeti með í nesti í skólann en hugsanlega hefur meiri heimavera barna og minni skipulögð starfsemi riðlað því.

Áhættuhegðun – Áhrif ●

Rannsóknir og greining leggur fyrir spurningar um áhættuhegðun sem snúa að neyslu á áfengi, nikótíni og marjúána. Fjórir slíkir vísar voru greindir fyrir aldurshópinum 8. – 10. bekk og tölur um slíka neyslu standa að mestu leyti í stað milli tímabila. Unglingar á þessum aldri sóttu því ekki meira í áhættuhegðun á tíma faraldursins og er slík staðfesting alltaf af hinu góða. Óttast var að með sumrinu eftir fyrstu bylgju fylgdi aukning á óæskilegri hópamyndun og ungmennadrykkju en svo varð ekki raunin, mögulega er það Flotanum flakkandi félagsmiðstöð að þakka.

Nýting frístundakorts – Áhrif ●

Leitað var til íþrótt- og tómstundasviðs Reykjavíkurborgar til að kanna hvort breyting hafi verið á nýtingu frístundakortsins árið 2020. Þegar haft var samband voru ekki komnir útreikningar sem gefa nægilegar upplýsingar til að meta hvort COVID-19 faraldurinn hafði áhrif á nýtingu frístundakortsins.

Hins vegar virðist ekki vera mikil lækkun í nýtingu þess en ekki er hægt að draga almennilegar ályktanir fyrir en gögn fyrir árið í ár eru komin í hús.

Skólaþjónusta – Áhrif ●

Faraldurinn virðist hafa viss áhrif á fjölda barna á biðlista eftir skólaþjónustu, fyrstu þjónustu. Þegar tölur eru skoðaðar niður á bylgjur sést að töluvert færri börn eru á biðlista í fyrstu bylgju miðað við árið áður en fjölgar svo þegar líður á þriðju bylgju, og eru töluvert fleiri á biðlista en á sama tíma árinu áður. Í fyrstu bylgju faraldurs var mikið af þjónustu af svipuðu tagi frestað og fólki ráðlagt að sækja sér ekki þjónustu nema hún væri bráðnauðsynleg, þetta breyttist svo þegar leið á faraldurinn og gæti útskýrt þessa þróun. Einnig er vert að nefna að tilfinningalegir erfiðleikar sem aðalástæða tilvísana hefur aukist frá upphafi faraldurs og fram á árið 2021, óljóst er hvort að faraldurinn hafi áhrif á en mögulega.

Framhaldsskólanemar

Tafla 3. Lýðheilsumat helstu áhrif faraldursins á framhaldsskólanema í Reykjavík

Framhalds- skólanemar	Jákvæð áhrif		Neikvæð áhrif		Skýring
	Líkur	Alvarleiki	Líkur	Alvarleiki	
	Staðfest	Meiriháttar	Staðfest	Meiriháttar	
	Líkleg	Miðlungs	Líkleg	Miðlungs	
	Möguleg	Lágmarks	Möguleg	Lágmarks	
Nám	Staðfest	Lágmarks	Staðfest	Meiriháttar Miðlungs	<p>Jákvætt: Í þriðju bylgju faraldursins fengu ungmenni aukin tækifæri til beinna samskipta við kennara og fleiri ungmenni höfðu góðan búnað á heimili sínu til að sinna fjarnámi miðað við í fyrstu bylgju.</p> <p>Neikvætt: Faraldurinn hafði greinileg neikvæð áhrif á námsárangur framhaldsskólanema. Þeim þótti námið erfiðara en fyrir faraldur. Í þriðju bylgju áttu þau erfiðara með að læra á meðan kennslan var með breyttu sniði miðað við fyrstu bylgju og fleiri töldu að það kennslufyrirkomulag hefði slæm áhrif á námsárangur.</p>
Samskipti og samvera með foreldrum			Staðfest	Lágmarks	<p>Neikvætt: Færri framhaldsskólanemum fannst auðvelt að nálgast umhyggju og hlýju frá foreldrum sínum á tímum faraldursins. Sama niðurstaða er hjá börnum og unglingum.</p>
Líðan			Staðfest	Miðlungs	<p>Neikvætt: Andlegri líðan ungmenna hrakaði í faraldrinum. Færri telja andlega og líkamlega heilsu sína mjög góða og fleiri framhaldsskólanemar sögðust vera einmana. Áhrif samkomutakmarkanna eru greinileg þar sem hópurinn hafði m.a. færri tækifæri til samskipta við jafnaldra og vegna fjarnáms.</p>
Svefn	Staðfest	Miðlungs	Óljóst	Óljóst	<p>Jákvætt: Ungmenni sváfu lengur á tímum faraldursins, fjölgun var í hópi þeirra ungmenna sem sváfu 7 tíma eða meira.</p> <p>Óljóst: Hins vegar eiga fleiri ungmenni erfitt með að sofna og að halda sér sofandi miðað við fyrri mælingu, en óljóst er hvort það séu áhrif faraldursins.</p>
Hreyfing	Óljóst	Óljóst			<p>Óljóst: Töluvert herra hlutfall framhaldsskólanema tekur þátt í skipulagðri íþróttastarfsemi þrisvar sinnum í viku eða oftár miðað við fyrri mælingu. Ólíklegt er að sú þróun tengist faraldrinum.</p>
Koffinneysla	Staðfest	Miðlungs			<p>Jákvætt: Neysla á orkudrykkjum hjá ungmönnum í framhaldsskólum minnkaði á tímum faraldursins. Faraldurinn hefur líklegast áhrif hér, minna var um að vera og ungmenni sváfu meira.</p>
Áhættu hegðun	Staðfest	Miðlungs			<p>Jákvætt: Færri ungmenni höfðu orðið drukkin sl. 30 daga miðað við fyrri mælingu og faraldurinn hefur þar greinileg áhrif. Einnig var lækkun á daglegri neyslu á rafrettum, hins vegar er óljóst hvort faraldurinn hafði áhrif á.</p>

Nám – Áhrif ● ●

COVID-19 tímabilið fór ekki vel með framhaldsskólanema námslega séð. Fjölgun var á hlutfalli þeirra nemenda sem taldi námið erfitt, miðað við fyrri mælingu frá árinu 2018. Í fyrirlögn Rannsóknar og greiningu fyrir framhaldsskólanema í október 2020 voru lagðar fram sérstakar COVID-19 spurningar sem m.a. snéru að námi. Spurt var um upplifun þeirra af náminu á vorönn 2020, í fyrstu bylgju, og

upplifun þeirra af náminu þegar könnun var lögð fyrir, í þriðju bylgju. Í svörum í þriðju bylgju vottaði fyrir þreytu hjá nemendum en þá voru færri nemendur sammála því að auðvelt væri að læra á meðan kennslan var með breyttu sniði. Fleiri sögðu að breytt kennslufyrirkomulag hafði slæm áhrif á námsárangur þeirra og færri töldu sig fá stuðning frá kennara. Hins vegar töldu fleiri nemendur sig hafa tækifæri til beinna samskipta við kennara í gegnum síma eða tölvu á haustönn en á vorönn. Fleiri voru einnig sammála því að eiga góðan búnað á heimili sínu til að taka þátt í fjarnáminu, t.d. tölvu, skrifborð og næði, miðað við í fyrstu bylgju faraldursins.

Þessar niðurstöður má rekja til þess að kennsla í framhaldsskólum fór aðallega fram í fjarkennslu sem takmarkaði félagsleg samskipti ungmenna töluvert, sem er þreytandi ástand til lengdar. Hinsvegar hefur stefna framhaldsskóla að hlúa vel að nemendahópnum, t.d. með auðveldu aðgengi að spjalli við kennara, skilað góðum árangri og þannig hefur mögulega verið komist framhjá brotfalli nemenda úr framhaldsskólum.

Samskipti og samvera með foreldrum – Áhrif ●

Færri framhaldsskólanemum fannst auðvelt að nálgast umhyggju og hlýju frá foreldrum sínum á tímum faraldursins miðað við fyrri mælingu, líkt og börn og unglingar. Það sem gæti mögulega útskýrt þessa lækkun er að þrátt fyrir að samvera fjölskyldna hafi verið meiri, vegna heimavinnu og fjarkennslu, þá hafi það ekki endilega verið auknar gæðastundir. Þessi tími hafi fremur aukið álag á samband [fjölskyldumeðlima](#). Einnig áttu færri framhaldsskólanemar og sér í lagi kvenkyns framhaldsskólanemar mjög auðvelt með að fá samræður um persónulegt málefni frá foreldrum. Hins vegar er óljóst hvort sú þróun sé vegna áhrifa faraldursins.

Líðan – Áhrif ●

Andlegri líðan ungmenna í framhaldsskóla [hrakaði](#) í faraldrinum. Færri ungmenni í framhaldsskóla telja andlega og líkamlega heilsu sína mjög góða miðað við fyrri mælingu. Einnig er aukinn einmanaleiki hjá hópnum, en fjöldi þeirra sem var oft einmana var nokkuð hærri miðað við fyrri mælingu. Hér eru áhrif faraldursins og sóttvarnaáðgerða vegna hans greinileg en hópurinn hafði töluvert færri tækifæri en vanalega til félagslegra samskipta við vini og jafnaldra, m.a. vegna fjarkennslu, takmarkaðs félags- og íþróttastarfs og á tímabilum strangra samkomutakmarkanna.

Svefn – Áhrif ● ●

Ungmenni sváfu lengur á tímum faraldursins. En fækkun var á hlutfalli ungmenna sem sofa 7 tíma eða skemur á nóttu. Skortur á svefni ungmenna hefur verið áhyggjuefni síðastliðin ár og því jákvætt að dagsins annir hafa ekki bitnað á svefni ungmenna á tímum faraldursins. Hins vegar áttu fleiri ungmenni erfitt með að sofna eða halda sér sofandi. Óljóst er hvort það séu áhrif COVID-19 faraldursins en staðan gæti verið sú að ungmenni sofa lengur en svefngæðum hafi hrakað.

Hreyfing – Áhrif ●

Hreyfing ungmenna virðist ekki hafa riðlast mikið á tímum faraldursins. Töluvert hærra hlutfall framhaldsskólanema tekur nú þátt í skipulagðri íþróttastarfsemi þrisvar sinnum í viku eða oftar miðað við fyrri mælingu. Óljóst er hvort sú þróun tengist faraldrinum, hún gæti frekar skýrst af því að ungmenni haldast lengur í skipulagðri íþróttastarfsemi en áður. Einnig var skoðuð mikil röskleg hreyfing hjá hópnum og vert er að benda á að það hlutfall ungmenna sem stundar mikla rösklega hreyfingu, í klukkutíma í senn fjórum sinnum í viku eða oftar, helst það sama á milli mælinga. Þau ungmenni sem von eru að stunda mikla hreyfingu virðast hafa haldið því áfram óháð lokunum og takmörkunum.

Koffinneysla – Áhrif ●

Neysla framhaldsskólanema á orkudrykkjum var töluvert minni á tímum COVID-19 faraldursins miðað við fyrri mælingu. Möguleg ástæða þess er að bæði leiddu samkomutakmarkanir til rólegri tíma hjá ungmendum, sem höfðu þau áhrif að þau sváfu meira og þau höfðu þar af leiðandi minni þörf á koffíni. Einnig gæti verið að orkudrykkjaneysla ungmenna sé að vissu leiti félagsleg og sé því meiri þegar þau eru í kringum önnur ungmenni í skólanum. Þessar niðurstöður eru vissulega jákvæðar þar sem aukin [orkudrykkjaneysla](#) ungmenna er sístækkandi lýðheilsuvandamál. Hins vegar gæti vel verið að þessi þróun gangi til baka með eðlilegra lífi.

Áhættuhegðun – Áhrif ●

Kannaðir voru fjórir vísar frá Rannsóknunum og greiningu sem snúa að áhættuhegðun hjá framhaldsskólanemum; neysla á áfengi, dagleg neysla á rafrettum, daglegar reykingar og hefur prufað marijúana. Lækkun var á tveimur vísum, dagleg neysla á rafrettum og hlutfalli þeirra sem hafa orðið drukkin sl. 30 daga. Óljóst er hvort COVID-19 faraldurinn hafi áhrif á minni neyslu á rafrettum. Mikið hefur verið lagt í forvarnir gegn rafrettum, en einnig hafa nikótínþúðar verið að ryðja sér rúms og mögulegt að ungmenni sem hafi notað rafrettur noti nú nikótínþúða. Hins vegar er greinilegt að faraldurinn hafði áhrif á fækkun þeirra ungmenna sem hafa orðið drukkin, samkomutakmarkanir og takmarkað félagslíf seinkaði drykkju hjá hluta þeirra og takmarkaði hana hjá hópnum sem byrjaður var að drekka.

Börn – viðkvæmir hópar

Tafla 4. Lýðheilsumat helstu áhrif faraldursins á börn – viðkvæma hópa

Börn – viðkvæmir hópar	Jákvæð áhrif		Neikvæð áhrif		Skýring
	Líkur	Alvarleiki	Líkur	Alvarleiki	
	Staðfest	Meiriháttar	Staðfest	Meiriháttar	
	Líkleg	Miðlungs	Líkleg	Miðlungs	
	Möguleg	Lágmarks	Möguleg	Lágmarks	
Börn í viðkvæmri stöðu	Óljóst	Óljóst	Óljóst	Óljóst	Ekki eru til næg gögn til að meta áhrif faraldursins á þennan hóp. Hins vegar var farið í viðspyrnuaðgerð og stofnuð voru teymi til að grípa þennan hóp og hlúa að honum. Sérstaklega var horft til nemenda í skólaforðun, með annað móðurmál en íslensku og unglinga í áhættuhegðun.
Hinsegin börn og ungmenni	Óljóst	Óljóst	Óljóst	Óljóst	Ekki næg gögn til að meta áhrif faraldursins á þennan hóp. Almennt sýna gögn að líðan þessa hóps sé verri en annarra barna óháð COVID-19. Aðstæður vegna faraldursins hafa ekki bætt líðan hópsins, heldur eru áhrifin líklegast enn verri þar sem hópurinn var verr staddur fyrir faraldur.
Börn af erlendum uppruna			Möguleg	Lágmarks	Neikvætt: Nokkuð var um það börn af erlendum uppruna var haldið heima í fyrstu bylgju faraldurs. Það má m.a. rekja til þess að foreldrar barnanna fylgdust meira með fréttum og fyrirmælum frá sínum heimalöndum en íslenskum. En þetta gekk til baka þegar leið á faraldurinn.
Fötluð börn	Möguleg	Lágmarks	Líkleg	Lágmarks	Jákvætt: Starfsemi fyrir fötluð börn og ungmenni var haldið gangandi. Neikvætt: Röskun var á starfi og opnun skammtímadvalarheimila fyrir fötluð börn og ungmenni vegna faraldursins. Vegna þess og annarra þátta hefur hópurinn líklegast fundið fyrir aukinni félagslegri einangrun vegna takmarkanna.

Börn í viðkvæmri stöðu – Áhrif ●

Börn í viðkvæmri stöðu er hópur sem er mikilvægt að hlúa að sérstaklega þegar heimsfaraldur dynur yfir. Í tölfræðilegri greiningu náðist ekki að kanna þennan hóp sérstaklega og áhrif COVID-19 faraldursins á hann. Hinsvegar er greinilegt að almenn [samstaða](#) ríkir um að grípa hópinn og koma í veg fyrir að hann stækki. Til þess að grípa börn í viðkvæmri stöðu voru stofnuð hjálpar- og samhæfingarteymi sem unnu að því að finna þau, hlúa að þeim og hvetja þau aftur til þátttöku í skóla og frístundastarfi. Teymin horfðu sérstaklega til nemenda með annað móðurmál en íslensku, nemenda í skólaforðun og unglinga í áhættuhegðun. Einnig var fylgst með börnum sem mættu ekki í leik- og grunnskóla eða frístundastarf, hvort sem þau voru í leyfi að ósk foreldra eða án þess að fjarværi væri tilkynnt. Teymin voru starfandi í fyrstu bylgju faraldursins og fram á sumar, en fjöldi þeirra barna sem mættu ekki í skólann vegna faraldursins fækkaði í lok tímabilsins og hélst þannig út árið. Ljóst er að þessi hópur hefði stækkað og komið verr undan faraldurinum hefði ekki verið farið í þessa viðspyrnuaðgerð og hefði kennsla alfarið færst yfir í fjarkennslu.

Hinsegin og trans börn og ungmenni – Áhrif ●

Lítið hefur verið kannað og því fátt vitað um stöðu hinsegin og trans barna og ungmenna á Íslandi í tengslum við COVID-19 faraldurinn. Í þeim gögnum sem könnuð voru fyrir lýðheilsumatið var tekið tillit til hinsegin og trans ungmenna en hlutfall þeirra af þýðinu var það lágt að ekki var hægt að kanna

áhrif faraldursins á þennan hóp. Almennt sýna göng að líðan þessa hóps sé verri en annarra barna og [vísbendingar erlendis](#) frá benda til þess að faraldurinn hafi aukið enn á vanlíðan bæði hinsegin og trans barna og ungmenna. Einnig er líklegt að faraldurinn hafði áhrif á þennan hóp líkt og á önnur börn og ungmenni í Reykjavík. Hinsegin félagsmiðstöðin sem Tjörnin frístundamiðstöð og Samtökin 78 standa fyrir og er fyrir ungmenni á aldrinum 13-18 ára, þurfti í fyrstu bylgju að loka og var seinni hluta ársins aðeins opin í gegnum fjarfundabúnað. Þessar lokanir hafa mögulega verið erfiðar fyrir hinsegin ungmenni sem venja komur sínar þangað.

Börn af erlendum uppruna – Áhrif ●

Í fyrstu bylgju var nokkuð um að börnum af erlendum uppruna væri haldið heima frá leikskóla og grunnskóla. Ein helsta ástæða þess var að foreldra barnanna fylgdust ítarlega með fréttum frá heimalöndum sínum, og tóku jafnvel frekar mark á þeim en íslenskum. Stjórnvöld á Íslandi, líkt og hefur verið bent á, tóku þá ákvörðun að halda skólaskerfi opnu í faraldrinum á meðan flestar aðrar þjóðir lokuðu því. Íslensk stjórnvöld tóku líka þá stefnu að vera með mikla og öfluga upplýsingagjöf en í byrjun faraldurs var hún aðeins á íslensku, og virðist sem fólk af erlendum uppruna og upplýsingagjöf til þeirra hafi að vissu leyti setið á hakanum. Þegar leið á faraldurinn var bætt úr þessu og þýðingar og upplýsingagjöf til íbúa af erlendum uppruna eflað töluvert. Einnig varð minna um það að börnum af erlendum uppruna væri haldið heima þegar leið á árið.

Fötluð börn og ungmenni – Áhrif ●●

Í tölfræðilegri greiningu náðist ekki að kanna þennan hóp sérstaklega og áhrif COVID-19 faraldursins á hann en faraldurinn hafði töluverð áhrif á umgjörð daglegs lífs hjá fötluðum börnum. Í byrjun fyrstu bylgju faraldurs var ákveðið halda opinni þjónustu á öllum skammtímadvölum fyrir fötluð börn og ungmenni í Reykjavík, en með skertu eða breyttu fyrirkomulagi. Til þess þurfti fyrst að loka dvalarstöðunum tímabundið til að endurskipuleggja starfsemi sem færðist þá meira yfir á persónulega þjónustu út frá einstaklingsbundnum þörfum. Sums staðar voru skammtímadvalarheimilin hólfuð niður, annars staðar þurfti að draga úr viðveru barna og börnum boðið þjónustu heim í samráði við forráðamenn.

Það gefur auga leið að svona röskun hefur áhrif á líðan fatlaðra barna og ungmenna og jafnvel aukið félagslega einangrun þeirra. En 137 einstaklingar sem nýta skammtímadvöl fyrir fötluð börn og ungmenni urðu fyrir áhrifum skerðinganna. Hins vegar er ljóst að þær aðgerðir sem gripið var til, til að varna smitum, virkuðu og fötluðum börnum og ungmennum var tryggð þjónusta.

Fullorðnir

Tafla 5. Lýðheilsumat helstu áhrif faraldursins á alla fullorðna í Reykjavík

Fullorðnir	Jákvæð áhrif		Neikvæð áhrif		Skýring
	Líkur	Alvarleiki	Líkur	Alvarleiki	
	Staðfest	Meiriháttar	Staðfest	Meiriháttar	
	Líkleg	Miðlungs	Líkleg	Miðlungs	
	Möguleg	Lágmarks	Möguleg	Lágmarks	
Hreyfing			Staðfest	Lágmarks Miðlungs	Neikvætt: Fleiri fullorðnir stunduðu litla rösklega hreyfingu á tímum faraldursins. Hér eru áhrif samkomutakmarkanna greinileg vegna lokanna líkamsræktarstöðva og sundlauga.
Mataræði			Staðfest	Lágmarks	Neikvætt: Lægra hlutfall fullorðna neytti ávaxta eða berja einu sinni á dag eða oftar á tímum COVID-19 miðað við fyrri mælingu.
Áhættu hegðun	Staðfest	Lágmarks Miðlungs			Jákvætt: Hlutfall fullorðinna sem drakk fimm eða fleiri áfenga drykki einu sinni eða oftar síðustu þrjátíu daga lækkaði töluvert. Þetta er afleiðing faraldursins, m.a. vegna þess að skemmtanalíf lagðist niður stóran hluta ársins vegna samkomutakmarkanna.

Hreyfing – áhrif ●

COVID-19 faraldurinn og samkomutakmarkanirnar vegna hans höfðu áhrif á hreyfingu fullorðna í Reykjavík en fjölgun var í hópi þeirra fullorðna sem stunda miðlungserfiða eða erfiða hreyfingu í samtals eina klukkustund eða minna á viku miðað við fyrri mælingu, s.s. fólk hreyfði sig almennt minna en áður fyrr. Líklegast hafa lokanir líkamsræktarstöðva og sundlauga vegna faraldursins haft þessi áhrif.

Mataræði – áhrif ●

Faraldurinn hafði viss áhrif á mataræði fullorðna en minna hlutfall fullorðna neytti ávaxta eða berja einu sinni á dag eða oftar á tímum COVID-19 miðað við fyrri mælingu. Hér gæti aukin heimavinna og takmarkað aðgengi að mötuneyti haft áhrif á minni neyslu ávaxta. En börn og unglingar neyttu einnig færri ávaxta á tímum faraldursins.

Áhættu hegðun – Áhrif ●

Faraldurinn hafði greinileg áhrif á áfengisdrykkju fullorðna, sérstaklega ölvunardrykkju. En hlutfall fullorðna sem drakk fimm eða fleiri áfenga drykki einu sinni eða oftar síðustu þrjátíu daga lækkaði töluvert á tímum faraldursins. Þetta eru greinileg áhrif samkomutakmarkanna þar sem yfir stóran hluta ársins voru skemmtistaðir og krár annað hvort lokað eða opnunartími þeirra skertur verulega.

Fullorðnir – Konur

Tafla 6. Lýðheilsumat helstu áhrif faraldursins á konur í Reykjavík

Fullorðnir - konur	Jákvæð áhrif		Neikvæð áhrif		Skýring
	Líkur	Alvarleiki	Líkur	Alvarleiki	
	Staðfest	Meiriháttar	Staðfest	Meiriháttar	
	Líkleg	Miðlungs	Líkleg	Miðlungs	
	Möguleg	Lágmarks	Möguleg	Lágmarks	
Líðan			Staðfest	Miðlungs Meiriháttar	Neikvætt: Konur voru almennt meira einmana miðað við fyrri mælingu og konur í aldurshópnum 55 ára og eldri og konur með grunnskólamenntun voru minna hamingjusamar en áður. Konur á aldrinum 55 ára og eldri mátu einnig líkamlega heilsu sína verri á tímum faraldursins.
Hreyfing			Staðfest	Miðlungs Lágmarks	Neikvætt: Faraldurinn hafði áhrif á hreyfingu kvenna, þeim konum fjölgaði sem stunduðu litla rösklega hreyfingu. Einnig fækkaði þeim konum sem notuðust við virkan ferðamáta til og frá vinnu og skóla, hér sést bein tenging við aukna heimavinnu.
Mataræði			Staðfest	Lágmarks	Neikvætt: Mataræði sumra hópa kvenna breyttist á tímum faraldursins. Ávaxtaneysla kvenna á aldrinum 55 ára og eldri minnkaði og neysla sykraða gosdrykkja meðal kvenna sem eiga auðvelt með að ná endum saman jókst miðað við fyrri mælingu.
Áhættu hegðun	Staðfest	Lágmarks Miðlungs			Jákvætt: Ölvunardrykkja kvenna dróst töluvert saman á tímum COVID-19 faraldursins.

Líðan – áhrif ●

Líðan kvenna versnaði í faraldrinum. Konur voru meira einmana miðað við fyrri mælingu, þetta á við um hópinn allan og sérstaklega konur í aldurshópnum 55 ára og eldri. Konur með grunnskólamenntun og konur í aldurshópnum 55 ára og eldri voru einnig minna hamingjusamar en áður. Þessar niðurstöður má greina sem COVID-19 áhrif enda fylgdi tímabilinu aukin félagsleg einangrun og óvissa. Einnig mátu fleiri konur í aldurshópnum 55 ára og eldri líkamlega heilsu sína verri miðað við fyrri mælingu. Þessar breytingar gætu verið útskýrðar með tímabundnum lokunum líkamsræktarstöðva og sundlauga.

Hreyfing – áhrif ●

Faraldurinn og samkomutakmarkanir vegna hans höfðu greinileg áhrif á hreyfingu kvenna. Fjölgun var í hópi þeirra kvenna sem stunda miðlungserfiða eða erfiða hreyfingu í samtals eina klukkustund eða minna á viku miðað við fyrri mælingu, s.s. konur hreyfðu sig almennt minna. Hér eru áhrif samkomutakmarkanna greinileg vegna lokanna líkamsræktarstöðva og sundlauga. Töluverð lækkun er í hlutfalli þeirra kvenna sem stundar virkan ferðamáta, sem hjóla eða ganga til vinnu eða skóla þrisvar sinnum í viku eða oftar. En hér sást bein áhrif á sóttvarnaraðgerðum þar sem flest allir sem höfðu tök á unnu heiman frá á tímabilinu.

Mataræði – áhrif ●

Faraldurinn virðist hafa viss áhrif á mataræði ákveðna hópa kvenna. Ávaxtaneysla kvenna á aldrinum 55 ára og eldri minnkaði töluvert miðað við fyrri mælingu og neysla sykraða orkudrykkja meðal kvenna sem eiga auðvelt með að ná endum saman jókst töluvert miðað við fyrri mælingu.

Áhættu hegðun – áhrif ●

Faraldurinn hafði greinileg áhrif á áfengisdrykkju kvenna en hlutfall kvenna sem drakk fimm eða fleiri áfenga drykki einu sinni eða oftár síðustu þrjátíu daga lækkaði töluvert á tímum faraldursins. Þessi lækkun á við um hópanna allar konur, konur með háskólapróf og konur sem eiga auðvelt með að ná endum saman. Þetta eru greinileg áhrif samkomutakmarkanna þar sem yfir stóran hluta ársins voru skemmtistaðir og krár annað hvort lokað eða opnunartími þeirra skertur verulega.

Fullorðnir – Karlar

Tafla 7. Lýðheilsumat helstu áhrif faraldursins á fullorðna karla í Reykjavík

Fullorðnir – karlar	Jákvæð áhrif		Neikvæð áhrif		Skýring
	Líkur	Alvarleiki	Líkur	Alvarleiki	
	Staðfest	Meiriháttar	Staðfest	Meiriháttar	
	Líkleg	Miðlungs	Líkleg	Miðlungs	
Mataræði			Óljóst	Óljóst	Óljóst: Aukning er á neyslu orkudrykkja hjá körlum í aldurshópnum 55 ára og eldri, hins vegar er ólíklegt að faraldurinn hafði þau áhrif.
Áhættu hegðun	Staðfest	Lágmarks Miðlungs			Jákvætt: Ölvunardrykkja karla dróst töluvert saman á tímum COVID-19 faraldursins.
Fjárhags-erfiðleikar	Staðfest	Lágmarks			Jákvætt: Fækkun var í hópi háskólamenntaðra karla sem áttu erfitt með að ná endum saman, miðað við fyrri mælingu.

Mataræði – áhrif ●

Faraldurinn hafði almennt ekki mikil áhrif á mataræði karla. Eina breytingin var að neysla orkudrykkja jókst milli mælinga hjá hópnum karlar 55 ára og eldri, en það er óljóst hvort COVID-19 hafði þau áhrif. Yfir nokkurra ára skeið hafa orkudrykkir verið mjög vinsælir hjá yngri kynslóðum, líklegra eru þær vinsældir að ná til eldri hópa.

Áhættu hegðun – áhrif ●

Faraldurinn hafði greinileg áhrif á áfengisdrykkju karla en hlutfall þeirra sem drakk fimm eða fleiri áfenga drykki einu sinni eða oftár síðustu þrjátíu daga lækkaði töluvert á tímum faraldursins. Þessi lækkun á við um hópana allir karlar, karlar á aldrinum 35 -54 ára og þeir karlar sem eiga auðvelt með að ná endum saman.

Fjárhagserfiðleikar – áhrif ●

Faraldurinn hafði jákvæð áhrif á fjárhag háskólamenntaðra karlanna, en það var fækkun í hópi þeirra sem eiga erfitt með að ná endum saman. Þessar niðurstöður eru í takt við niðurstöður um að fjárhagsleg staða sumra einstaklinga hafi batnað í faraldrinum.

Eldri borgarar

Tafla 8. Lýðheilsumat helstu áhrif faraldursins á eldri borgara í Reykjavík

Eldri borgarar	Jákvæð áhrif		Neikvæð áhrif		Skýring
	Líkur	Alvarleiki	Líkur	Alvarleiki	
	Staðfest	Meiriháttar	Staðfest	Meiriháttar	
	Líkleg	Miðlungs	Líkleg	Miðlungs	
	Möguleg	Lágmarks	Möguleg	Lágmarks	
Samskipti			Staðfest	Miðlungs	Neikvætt: Dagleg samskipti eldri borgara við fólk utan heimilisins minnkuðu miðað við fyrri mælingu.
Líðan			Staðfest	Miðlungs	Neikvætt: Samkvæmt gögnum töldu eldri borgarar í Reykjavík að andlegri og líkamlegri heilsu sinni hefði hrakað eftir að faraldurinn hófst.
Hreyfing	Óljóst	Óljóst	Staðfest	Miðlungs	Óljóst: Þeir eldri borgarar sem fara ferða sinna gangandi hefur fjölgað frá fyrri mælingu. Það er jákvætt en óljóst hvort sú þróun sé vegna faraldursins. Neikvætt: Samkvæmt gögnum dró helmingur eldri borgara úr líkamspjálfun eftir að faraldurinn skall á.
Heimahjúkrun og félagsleg heimþjónusta	Staðfest	Lágmarks	Staðfest	Lágmarks Miðlungs	Jákvætt: Hlutfall skjólstæðinga sem þáði heimahjúkrun hélst það sama, sérstaklega í fyrstu bylgju. Neikvætt: Þau sem þáðu félagslega heimþjónustu fækkaði í faraldrinum.
Akstursþjónusta eldri borgara			Staðfest	Lágmarks	Neikvætt: Nýting eldri borgara á akstursþjónustu á vegum borgarinnar minnkaði gífurlega, sérstaklega í fyrstu bylgju. Í þriðju bylgju jókst notkunin aðeins en var töluvert lægri miðað við sama tímabil árinu áður.
Heimsendur matur	Staðfest	Miðlungs			Jákvætt: Töluvert fleiri nýttu sér það að fá heimsendan mat miðað við árið áður. Þessi fjöldi hélst sambærilegur á milli bylgja og út árið.

Samskipti – Áhrif ●

Dagleg samskipti eldri borgara við fólk utan heimilisins minnkuðu töluvert miðað við mælingu fyrir faraldurinn, þetta á einnig sérstaklega við um eldri karlmenn. Hér er greinilega um COVID áhrif að ræða en sóttvarnaaðgerðir miðuðu að því að vernda þennan viðkvæma hóp með ýmsum leiðum, félagsstarf lá að mestu leyti niðri, takmörkun var á heimsóknum hjá þeim sem búa á hjúkrunarheimilum og margir kusu að fara í sjálfskipaða sóttkví til að verða ekki útsettir fyrir smiti.

Líðan – Áhrif ●

Samkvæmt spurningakönnuninni Hagir og líðan eldri borgara hafði faraldurinn áhrif á andlega og líkamlega líðan eldri borgara. 20% svarenda töldu að andlegri heilsu sinni hafi hrakað eftir að faraldurinn hófst og rúmlega 30% töldu að líkamlegri heilsu sinni hafi hrakað. Enda takmarkaði faraldurinn töluvert tækifæri eldri borgara til félagslegra samskipta sem mögulega hefur tekið sinn toll, bæði af líkamlegri og andlegri heilsu þeirra.

Hreyfing – Áhrif ●●

Um helmingur eldri borgara í Reykjavík dró úr líkamspjálfun eftir að faraldurinn skall á. Áhrif sóttvarna aðgerða eru augljós hér enda lagðist mikið af skipulegri starfsemi fyrir þennan hóp af á tímabilinu og

sundlaugum og líkamsræktarstöðvum var einnig lokað. Hins vegar er töluverð fjölgun í hópi þeirra eldri borgara sem fara ferða sinna helst gangandi frá fyrri mælingu frá árinu 2016. Óljóst er hvort þessi þróun sé vegna faraldursins en hún er allavega af hinu jákvæða.

Heimahjúkrun og félagsleg heimaþjónusta – Áhrif ●●

Velferðarsvið Reykjavíkurborgar býður upp á fjölbætta þjónustu líkt og heimahjúkrun og félagslega heimaþjónustu, þjónustan er í boði fyrir alla sem þurfa á henni að halda en stærsti notendahópurinn eru eldri borgarar. Faraldurinn hafði mismunandi áhrif á nýtingu þessarar þjónustu. Hlutfall skjólstæðinga sem þáði heimahjúkrun hélst nánast það sama miðað við árið á undan. Það er jákvætt því mikilvægri þjónustu var haldið gangandi þrátt fyrir krefjandi aðstæður. Hópurinn sem þiggur þessa þjónustu á einnig erfitt með að afþakka hana en markmið heimahjúkrunar er að gera þeim sem hennar njóta kleift að búa heima þrátt fyrir veikindi eða heilsubrest. Hins vegar var lækkun í hlutfalli þeirra sem þáðu félagslega heimaþjónustu í faraldrinum. Markmið með félagslegri heimaþjónustu er að efla íbúa til sjálfsbjargar og gera þeim kleift að búa sem lengst í heimahúsum og fólk því mögulega frekar ákveðið að sleppa þeirri þjónustu til að verja sig.

Akstursþjónusta eldri borgara – Áhrif ●

Nýting eldri borgara á akstursþjónustu minnkaði gífurlega í COVID faraldrinum og sést fækkunin einstaklega vel þegar mánaðarlegar tölur eru skoðaðar. Í fyrstu bylgju faraldursins minnkaði nýtingin töluvert miðað við sama tímabil árinu áður og í þriðju bylgju jókst notkunin aðeins en var töluvert lægri miðað við sama tímabil árinu áður. Hér eru áhrif faraldursins greinileg, þar sem hópurinn var minna á ferðinni vegna samkomutakmarkanna.

Heimsendur matur – Áhrif ●

Töluvert fleiri nýttu sér þjónustu velferðarsviðs að fá heimsendan mat í faraldrinum miðað við árið á undan. Þessi aukning sést í byrjun fyrstu bylgju en fjöldi máltíða lækkaði um sumarið en var áfram mun hærrí en árin á undan. Í þriðju bylgju var svo aftur mikil aukning í fjölda máltíða á mánuði. Áhrif faraldursins eru greinileg hér, fólk hélt sig meira heima og félagsmiðstöðvar velferðarsviðs voru lokaðar mesta hluta ársins en þar er boðið upp á að borða mat á staðnum. Þetta úrræði nýttist þá vel og mætti segja að með faraldrinum hafi orðið til nýr notendahópur.

Viðkvæmir hópar og aðrir velferðarþættir

Tafla 9. Lýðheilsumat helstu áhrif faraldursins á viðkvæma hópa í Reykjavík

Viðkvæmir hópar	Jákvæð áhrif		Neikvæð áhrif		Skýring
	Líkur	Alvarleiki	Líkur	Alvarleiki	
	Staðfest	Meiriháttar	Staðfest	Meiriháttar	
	Líkleg	Miðlungs	Líkleg	Miðlungs	
	Möguleg	Lágmarks	Möguleg	Lágmarks	
Heimilislausir	Líkleg	Meiriháttar Miðlungs			Jákvætt: Starfsemi gistiskýla var endurskipulögð vegna faraldursins til að koma á móts við þennan hóp. Einnig var tímabundið neyðarskýli fyrir konur opnað sem veitti þeim varanlegan samastað.
Íbúar af erlendum uppruna			Staðfest	Miðlungs Meiriháttar	Neikvætt: Atvinnuleysi vegna faraldursins er hærra hjá íbúum af erlendum uppruna. Hér eru áhrif faraldursins greinileg. Einnig er andleg líðan þeirra verri en Íslendinga. Ekki er hægt að fullyrða að um COVID áhrif sé að ræða, en faraldurinn hefur líklegast ekki hjálpað til.
Fatlað fólk			Líkleg	Miðlungs	Neikvætt: Faraldurinn leiddi af sér röskun á daglegu lífi hjá fötluðu fólki, bæði í starfi, félagslífi og búsetuúrræðum tengdum hópnum. Nýting fatlaðs fólks á akstursþjónustu minnkaði gífurlega, sérstaklega í fyrstu bylgju.

Heimilislausir – Áhrif ●

Reynt var að komast á móts við þennan hóp og takmarka útsetningu fyrir smiti, þar sem hann er með miklar og flóknar þjónustufarfir. Starfsemi gistiskýla borgarinnar var endurskipulögð vegna faraldursins, m.a. þegar hertustu aðgerðirnar voru í gildi var sólarhringsopnun í gistiskýlinu Grandagarði. Gistiskýlið Lindargötu var lokað og voru þar eingöngu einstaklingar á undanþágu sem taldir voru í sérstökum áhættuhópi fyrir smiti. Það dró því verulega úr gistinóttum þar í fyrstu bylgju en jókst aftur þegar leið á árið. Konukot sinnti heimilislausum konum en einnig var ákveðið að koma á laggirnar tímabundnu neyðarúrræði fyrir heimilislausar konur sem veitti þeim varanlegan samastað. Úrræðið nýttist vel og var mikil ánægja með það, [sérstaklega hjá konunum](#) sem dvöldu þar. Heimilisleysi hefur margþætt [neikvæð áhrif á heilsu](#) og líðan. Jafnframt gerir það konur berskjaldaðri fyrir ofbeldi þannig að varanlegur samastaður bætti stöðu þeirra töluvert.

Íbúar af erlendum uppruna – Áhrif ●

Lítið er til af tölfraðilegum gögnum um íbúa af erlendum uppruna sem afmarkaðast við Reykjavík. Til að greina þennan hóp var stuðst við kannanir sem gerðar voru af [Vörðu](#) og [Samtökum kvenna af erlendum uppruna](#) frá seinni hluta árs 2020. Í könnunum er um helmingur svarenda búsettur annað hvort á höfuðborgarsvæðinu (Varða) eða í Reykjavík (Samtök kvenna). Sum áhrif eru augljós en önnur eru vísbending um stöðu þessa hóps í Reykjavík.

Það er ljóst að efnahagsþrengingar af völdum COVID-19 faraldursins hafa bitnað harðar á atvinnuöryggi íbúa af erlendum uppruna en atvinnuleysi meðal þeirra var mun algengara en hjá fólki með íslenskan bakgrunn. Í könnun Vörðu var andlegt heilsufar kannað og er það verra hjá íbúum af erlendum uppruna en af íslenskum uppruna. Um 30,5% íbúar af erlendum uppruna, sem tóku þátt í

könnuninni, mælast með slæma andlega heilsu. Ekki er hægt að fullyrða að um COVID-19 áhrif sé að ræða en líklegast hefur faraldurinn ekki bætt stöðuna. Líkt og var rætt um í kaflanum um börn og ungmenni af erlendum uppruna virtist svo vera að fólk af erlendum uppruna fylgdist meira með fréttum og aðgerðum í heimalöndum sínum heldur en íslenskum sem er líklegast helsti valdur þess að nokkuð var um að börnum væri haldið heima í byrjun fyrstu bylgju. Þetta gekk til baka enda var upplýsingaflæði aukið til hópsins og íslensku aðgerðirnar kynntar betur.

Fatlað fólk – Áhrif ●

Velferðarsvið Reykjavíkurborgar býður upp á fjölpætta þjónustu líkt og félagslega heimaþjónustu og akstursþjónustu. Þjónustan er í boði fyrir alla sem þurfa á henni að halda og hluti notendahópsins er fatlað fólk. Gögn frá velferðarsviði sýna að nýting fatlaðs fólks á akstursþjónustu minnkaði gífurlega, sérstaklega í fyrstu bylgju. Hér eru áhrif faraldursins greinileg, þar sem hópurinn var minna á ferðinni og hélt sig til hlés vegna samkomutakmarkanna. Enda markmið sóttvarnaraðgerða m.a. að verja þennan hóp en það leiddi líka af sér röskun daglegs lífs, bæði á starfsemi og búsetuúrræðum tengdu fötludu fólki. Hópurinn hefur líklegast upplifað meiri félagslegri einangrun en áður.

Tafla 10. Lýðheilsumat helstu áhrif faraldursins á fjárhag íbúa í Reykjavík

Fjárhagur	Jákvæð áhrif		Neikvæð áhrif		Skýring
	Líkur	Alvarleiki	Líkur	Alvarleiki	
	Staðfest	Meiriháttar	Staðfest	Meiriháttar	
	Líkleg	Miðlungs	Líkleg	Miðlungs	
	Möguleg	Lágmarks	Möguleg	Lágmarks	
Atvinnuleysi			Staðfest	Meiriháttar	Neikvætt: Aukning var í atvinnuleysi á tímum faraldursins, sérstaklega í þriðju bylgju, miðað við fyrri mælingar. Mikilvægt er að fylgjast vel með þróuninni og hvort fjölgi í hópi langtíma atvinnulausra.
Fjárhagsaðstoð			Líkleg	Miðlungs	Neikvætt: Aukning var á fjölda notenda fjárhagsaðstoðar. Faraldurinn og aðrar ástæður hafa þar áhrif. En óljóst er hvenær áhrif faraldursins koma að fullu fram í þessum málaflokki, þar sem þeir sem hafa ekki lengur rétt á atvinnuleysisbótum nýta sér í framhaldinu þennan kost.
Félagslegt húsnæði	Óljóst	Óljóst			Óljóst: Fjöldi umsækjenda á biðlista eftir félagslegu húsnæði minnkaði á tímum faraldursins. Mögulega hafði faraldurinn áhrif hér því meira af húsnæði var í boði á almennum leigumarkaði þar sem Airbnb og önnur útleiga til ferðamanna dróst mjög saman, en aðrir þættir spiluðu einnig inn í.

Atvinnuleysi – Áhrif ●

Atvinnuleysi jókst töluvert á árinu miðað við fyrri ár, sérstaklega í þriðju bylgju miðað við sama tímabil árið áður. Hér eru afleiðingar faraldursins mjög greinilegar, ákveðnar þjónustugreinar lögðust af á tímabili líkt og ferðaþjónustan og veitingastaðageirinn. Staðan var mjög alvarleg á tímabili en svo virðist sem atvinnuleysi sé hægt og rólega að fara minnkandi. Hins vegar þarf að fylgjast vel með þróuninni enda enn óljóst hvaða áhrif faraldurinn hefur á langtímaatvinnuleysi.

Fjárhagsaðstoð – Áhrif ●

Aukning var á fjölda einstaklinga sem fengu fjárhagsaðstoð til framfærslu í Reykjavík bæði yfir árið í heild og einnig þegar bylgjurnar eru bornar saman við sömu tímabil árið áður. Fjölgunin tengist að vissu leyti faraldurinum en aðrar ástæður eru einnig að baki. Til dæmis fyrir faraldurinn og sérstaklega í byrjun árs 2020 var mikil fjölgun fólks með erlent ríkisfang sem fær fjárhagsaðstoð, þegar hópurinn er

skoðaður sérstaklega þá er þetta aðallega aukning flóttafólks með stöðu. Ef ekki hefði verið fyrir faraldurinn hefði þessi hópur mögulega fengið vinnu við þjónustugreinar sem lögðust af á tímabilinu. Á árinu var sú breyting að fjölgun var á þeim sem voru atvinnulausir án bótaréttar, og var sá hópur orðin jafnstór og stærsti hópurinn sem fær fjárhagsaðstoð, óvinnufærir. Hér gæti faraldurinn haft viss áhrif. En óljóst er hvenær áhrif faraldursins koma fyllilega í ljós í þessum málaflokki, þar sem þeir sem hafa ekki lengur rétt á atvinnuleysisbótum, eða langtímatvinnulausir, nýta sér oft í framhaldinu þennan kost.

Félagslegt húsnæði – Áhrif ●

Fjöldi umsækjenda á biðlista eftir félagslegu húsnæði fækkaði á tímum faraldursins. Mögulega hafði faraldurinn áhrif þar sem meira af húsnæði var í boði á almennum leigumarkaði þar sem Airbnb og önnur útleiga til ferðamanna dróst mjög saman. Einnig höfðu aðrir þættir áhrif, m.a. fjölguðu Félagsbústaðir eignum og önnur úrræði líkt og Bjarg íbúðafélag hafa aukið umsvif sín, ásamt vissum kerfisbreytingum.

Tafla 11. Lýðheilsumat helstu áhrif faraldursins á misrétti og ofbeldi í Reykjavík

Misrétti og ofbeldi	Jákvæð áhrif		Neikvæð áhrif		Skýring
	Líkur	Alvarleiki	Líkur	Alvarleiki	
	Staðfest	Meiriháttar	Staðfest	Meiriháttar	
	Líkleg	Miðlungs	Líkleg	Miðlungs	
	Möguleg	Lágmarks	Möguleg	Lágmarks	
Tilkynningar til barnaverndar			Staðfest	Miðlungs	Neikvætt: Fjölgun var á tilkynningum til barnaverndar miðað við árið á undan.
Heimilisofbeldi			Staðfest	Miðlungs	Neikvætt: Fjölgun var á tilkynningum vegna heimilisofbeldis í Reykjavík miðað við fyrri ár. Aðstæður sem faraldurinn skapaði, m.a. aukin einangrun eykur hættuna sem brota-þolar heimilisofbeldis standa frammi fyrir.
Jafnrétti kynjanna			Líkleg	Miðlungs	Neikvætt: Niðurstöður íslenskra rannsókna benda til þess að hugræn byrði og ólaunuð vinna kvenna, sérstaklega mæðra, hafi aukist í faraldrinum. Einnig hefur efnahagslæggðin sem fylgdi faraldrinum komið harðast niður á ákveðnum hópum, þá aðallega konum og konum af erlendum uppruna.

Tilkynningar til barnaverndar – Áhrif ●

Frá árinu 2015 hafa tilkynningar til barnaverndar aukist jafnt og þétt, það er vegna aukinnar samvinnu skóla og barnaverndar. Hins vegar fjölgaði tilkynningum töluvert milli árana 2019 og 2020. Einnig sést greinilega fjölgun í 1. bylgju faraldursins miðað við fyrri mælingu og enn meiri fjölgun í 3. bylgju faraldursins miðað við sama tímabil árið áður. Aðstæður vegna faraldursins líkt og aukin félagsleg einangrun, samkomutakmarkanir og erfiðari fjárhagslegri staða gæti haft áhrif á þessa hækkun en einnig hefur aukin umræða og vitundarvakning haft þau áhrif að fólk var duglegra að senda inn tilkynningar.

Heimilisofbeldi – Áhrif ●

Fjöldi tilkynninga vegna heimilisofbeldis í Reykjavík fjölgaði árið 2020 miðað við fyrri ár. Fjöldi kvenna í Kvennaathvarfinu lækkaði lítillega milli árana, 2019 til 2020. En börnum sem dvöldu í Kvennaathvarfinu fjölgaði töluvert á milli árana 2019–2020. Einnig fjölgaði börnum sem voru á vettvangi í útköllum vegna heimilisofbeldis um 6% árið 2020 miðað við árið 2019. Vegna faraldursins var einangrun einstaklinga meiri en vanalega og sú staða eykur þá hættu sem brotaþolar heimilisofbeldis standa frammi fyrir. [Fjöldi gagna](#) erlendis frá sýna einnig aukningu á heimilisofbeldi og kynbundnu ofbeldi og er talað um að heimilisofbeldi sé skuggafaraldur heimsfaraldursins COVID-19.

Jafnrétti kynjanna – Áhrif ●

Faraldurinn hafði neikvæð áhrif á jafnrétti kynjanna, mjög alvarleg á [heimsvísu](#) en einnig gætir þeirra hér á landi. Hægt er að benda sérstaklega á tvo þætti sem eiga við í íslensku samhengi, en íslenskar rannsóknir sýna að hugræn byrði (e. mental load) og [ólaunuð vinna kvenna](#), og þá sérstaklega [mæðra](#), jókst í faraldrinum. Einnig hefur [efnahagslægðin](#) sem fylgdi faraldrinum komið mest niður á ákveðnum hópum m.a. konum, íbúum af erlendum uppruna og sérstaklega konum af erlendum uppruna. Þær búa við lakara starfsöryggi og eiga oft minni sparnað en karlar og eru því viðkvæmari fyrir atvinnu og tekjumissi. Konur eru líklegri til að vera í framlínustörfum og umönnunarstörfum, sem oft eru lágt launuð og umbun ekki í samræmi við áhættu og álag.

Tafla 12. Lýðheilsumat helstu áhrif faraldursins á umhverfi í Reykjavík

Umhverfi	Jákvæð áhrif		Neikvæð áhrif		Skýring
	Líkur	Alvarleiki	Líkur	Alvarleiki	
	Staðfest	Meiriháttar	Staðfest	Meiriháttar	
	Líkleg	Miðlungs	Líkleg	Miðlungs	
	Möguleg	Lágmarks	Möguleg	Lágmarks	
Göngustíga umferð	Staðfest	Miðlungs			Jákvætt: Töluverð aukning var í umferð um göngustíga á nokkrum svæðum í borginni, sérstaklega í fyrstu bylgju. Þetta gæti mögulega útskýrst af lokunum á líkamsræktarstöðvum og aukinni göngutúra menningu á tímum faraldursins.

Umferð um göngustíga – Áhrif ●

Töluverð aukning var á umferð um göngustíga á nokkrum svæðum í borginni en gönguteljarar eru staðsettir í Elliðaárdal, Grasagarðinum, Nauthólsvík og Ægissíðu. Sérstaklega mikil aukning var um göngustígana í fyrstu bylgju. Sem dæmi má nefna voru heildarfjöldi ferða í apríl í Nauthólsvík rúmlega helmingi fleiri en á sama tíma árið áður. Þetta gæti mögulega útskýrst af lokunum á líkamsræktarstöðvum og til að minnka smíthættu var fólk hvatt til að hittast undir beru lofti og ákveðin menning skapaðist þar sem fólk hitti vini og fjölskyldu úti í göngutúr.

4. Viðspyrnaaðgerðir Reykjavíkurborgar

Frá byrjun faraldurs hefur það verið frumskylda Reykjavíkurborgar að veita og tryggja órofna grunnþjónustu. Stjórnvöld, og þar með talin Reykjavíkurborg, brugðust við með ýmsum hætti en hér má nefna nokkrar viðspyrnaaðgerðir borgarinnar sem hafa að öllum líkindum temprað áhrif faraldursins á ákveðna hópa.

Mætti segja að ákvörðun stjórnvalda að halda skólastarfi opnu hafi verið stærsta og mikilvægasta viðspyrnaaðgerðin. Það að skólastarfsemi, bæði á leik og grunnskólastigi, hafi verið haldið gangandi á þessum tímum veitti börnum öryggi, rútinu og færi á félagslegum samskiptum við jafnaldra. Þá eiga stjórnendur og framlínustarfsmenn á vettvangi þakkir skilið en aðlögunarhæfni og úrræðasemi þeirra til að takast á við breyttar aðstæður var til fyrirmyndar. Margar þjóðir fóru aðra leið, að loka öllum menntastofnunum sem hafði [neikvæðar afleiðingar á börn](#), sérstaklega þau sem tilheyra [viðkvæmum hópum](#).

Meðal annarra viðspyrnaaðgerða sem Reykjavíkurborg fór í má nefna [flakkandi félagsmiðstöðina Flotann](#), sem stofnuð var sumarið 2020. Starfsfólk Flotans sinnti vettvangsstarfi í hverfum borgarinnar, var til staðar fyrir unglinga, fylgdist með óæskilegri hópamyndun, stóð fyrir uppákomum úti við og fór í heimsóknir til unglinga í félagsmiðstöðvum og í Vinnuskólanum. Flotinn starfaði þvert á borgina og var í samstarfi við nærliggjandi sveitarfélög.

Mikil og góð eftirfylgd var með þeim börnum sem dattu alveg út úr grunnskólum meðan takmarkanir vegna faraldursins voru á skólastarfi. Í byrjun fyrstu COVID-19 bylgju voru m.a. stofnuð hjálpar- og samhæfingarteymi í öllum borgarhlutum til að samhæfa vinnu milli skóla, skólaþjónustu og frístundamiðstöðva í viðkomandi borgarhluta í málefnum einstakra barna og hópa sem ekki mæta í skóla vegna faraldursins. Samhæfingarteymið hafði yfirsýn yfir málefni barna og unglinga í skóla- og frístundastarfi borgarinnar sem metin voru í sérstaklega viðkvæmri stöðu. Í teygunum var farið yfir tölulegar upplýsingar um hversu mörg börn voru ekki að mæta í skólann vegna faraldursins og hvernig hægt væri að mæta þessum viðkvæma hópi.

Áskorunin sem velferðarsvið Reykjavíkurborgar stóð frammi fyrir voru einnig gífurlegar, enda snýr stór hluti af vinnu sviðsins að viðkvæmum hópum. Markmiðið var að halda áfram að bjóða þjónustu og halda grunnþjónustu gangandi en til þess þurfti að endurskipuleggja, breyta og skerða ýmsa þjónustu. Velferðarsvið var fljótt til og virkjaði ýmsa verkferla og alla starfsstaði frá byrjun til þess að sem flestir væru í viðbragðsstöðu áður en komið var hættuástand. Stórar og krefjandi skipulagsbreytingarnar áttu sér stað á mjög stuttum tíma og tókst það vel enda notast við mikla upplýsingagjöf og vel var hlúið að starfsfólki.

Í þessari samantekt stendur upp úr vilji og metnaður starfsfólks og stjórnenda borgarinnar til vinna saman að því að takast á við óvissuástand vegna faraldursins og gerbreytt vinnuumhverfi. Markmiðið var að halda þjónustu gangandi og með því var bæði tryggt að viðkvæmir hópar fengu enn grunnþjónustu og einnig með skólaopnunum var komið í veg fyrir einangrun barna, og þá sérstaklega að ekki fór verr fyrir börnum í viðkvæmri stöðu. Með því skapaðist möguleiki fyrir aðra hópa, líkt og foreldra, að stunda sína vinnu og halda flestum atvinnugreinum samfélagsins gangandi.

5. Niðurstöður og næstu skref

Í byrjun skýrslunnar var greint frá fimm megin þrepum lýðheilsuástands en fimmta og síðast þrepið snýr að endurliti og endurmati, s.s. hafði lýðheilsuástand og niðurstöður þess áhrif á heilsu og vellíðan og þarf mögulega að vakta ákveðna þætti. Niðurstöður lýðheilsuástandsins sýna margþætt áhrif faraldursins á mismunandi hópa í Reykjavík. Ljóst er að mikið af áhrifum ganga til baka með eðlilegra lífi en nokkrar niðurstöður voru sérstaklega áhugaverðar og mikilvægt að fylgjast áfram með þeim þáttum.

Þegar kemur að börnum og unglíngum þá jókst skjáttími barna í 5. – 7. bekk á tímum faraldursins og sérstaklega á samfélagsmiðlum, en hópurinn hefur ekki aldur til að vera á slíkum miðlum. Það er varhugavert að hleypa börnum svo snemma á samfélagsmiðla, bæði vegna þess að þau hafa ekki þroska til að vera þar og sérstaklega þarf að sporna gegn þeirri þróun að þetta aldursviðmið verði viðtekið. Einnig var áhugavert að bæði börn, unglíngar og framhaldsskólanemar sögðust öll eiga erfiðara með að fá umhyggju og hlýju frá foreldrum sínum á tímum faraldursins, þrátt fyrir að eyða meiri tíma með þeim. Það er vonandi þróun sem gengur til baka og einkennist frekar af mögulegri streitu vegna aðstæðna. Líf framhaldsskólanema raskaðist töluvert meira vegna faraldursins miðað við börn og unglíngja, framhaldsskólar færðu námið alfarið yfir í fjarnám og sem hafði m.a. þau áhrif að líðan hópsins og námsárangur hrakaði töluvert. Það er því mjög mikilvægt að fylgjast vel með þeim hópi og hlúa að vel að honum, þar sem faraldurinn stóð yfir stóran hluta af mikilvægum mótunarárum framhaldsskólanema.

Aðrir hópar hafa upplifað töluverða félagslega einangrun í faraldrinum líkt og viðkvæmir hópar, fatlað fólk og eldri borgarar. Mikilvægt er að fylgjast með líðan þeirra og hlúa vel að hópunum. Einnig þarf að fylgjast vel með þáttum eins og atvinnuleysi og fjárhagsaðstoð til framfærslu. Óljóst er hversu mikið langtíma atvinnuleysi muni vera vegna faraldursins en atvinnuleysi og sérstaklega langtíma-atvinnuleysi getur haft neikvæð áhrif á andlega og líkamlega líðan.

Því er mikilvægt að vera meðvituð um þessa þætti og fylgjast áfram með þeim. Það væri æskilegt að annað hvort framkvæma annað lýðheilsuástand á óbeinum áhrifum COVID-19 faraldursins, þá með áherslu á seinni bylgjur og ofangreinda áhyggjuþætti, eða fylgjast vel með þróuninni með því að rýna í viðeigandi gögn.

Viðauki I: Lýðheilsamat skilgreining á COVID-19 aðgerðum UM LÝÐHEILSUMAT

Lýðheilsamat er alla jafna skilgreint sem mat á áhrifum stefna og aðgerða á heilsu og líðan fólks og dreifingu þessara áhrifa innan þýðisins. Tilgangurinn er að hámarka möguleg jákvæð áhrif og lágmarka möguleg neikvæð áhrif að teknu tilliti til lýðheilsu. Lýðheilsamat er til í ólíkum útfærslum sem krefjast mismikillar sérfræðiþekkingar og aðfanga (WHIASU, 2012).

Þrjár megin tegundir lýðheilsamats:

1. **Prospective** – fyrir innleiðingu
2. **Concurrent** – á meðan innleiðingu stendur
3. **Retrospective** – eftir innleiðingu

• **Desktop** – fámennur hópur þátttakenda kemur saman og nýtir fyrirbyggjandi reynslu og stöðu þekkingar við matið. Nokkrar klukkustundir upp í heilan dag.

• **Rapid** – vanalega fámennur stýrihópur, framkvæmir stutta rannsókn á áhrifum á heilsu, þ.m.t. stutta samantekt á stöðu þekkingar (megindleg og eigindleg gögn) og í framhaldinu er frekari upplýsingaöflun með boðun hagaðila/þeirra sem þekkja til mála á vinnustofu. Tekur daga eða vikur.

• **Comprehensive** – djúpri greining sem felur í sér ítarlega heimildaleit og söfnun frumgagna. Framkvæmt þegar um er að ræða flóknari verkefni og getur tekið mánuði í framkvæmd.

Lykilskref við framkvæmd lýðheilsamats

Samanber WHIASU (2012) [Health Impact Assessment \(HIA\): A practical guide](#) eru skrefin eftirfarandi:

1. Screening: Á að framkvæma lýðheilsamat, er líklegt að stefnan/aðgerðin hafi áhrif á heilsu og vellíðan fólks eða einhverja áhrifaþætti heilsu og vellíðanar?

2. Scoping: Hvaða aðföng, tímaramma, stefnur og stöðu þekkingar þarf að íhuga? Þarf að stofna stýrihóp? Skilgreina hlutverk og ábyrgð.

3. Appraisal/Assesment of evidence: mat á fyrirbyggjandi gögnum.

4. Reporting and recommendations: gerð lýðheilsamatskýrslu og annarra samantekta.

5. Review and reflection: þar með talið vöktun og mat. Hafði lýðheilsumatið og einhverjar niðurstöður áhrif á heilsu og vellíðan eða ferlið við ákvarðanatöku?

LÝÐHEILSUMAT Á ÁHRIFUM COVID-19 AÐGERÐA Í WALES

Aðferðafræði Wales við lýðheilsamat á áhrifum COVID-19 aðgerða í Wales, *A Health Impact Assessment of the 'Staying at Home and Social Distancing Policy in Wales'*, var í samræmi við áður nefnd lykilskref við framkvæmd lýðheilsamats. Matið var framkvæmt 2. apríl – 11. maí 2020 á sama tíma og innleiðing stefnunnar stóð yfir (concurrent). Það var í eðli sínu *comprehensive* og byggði á djúpri greiningu þó svo að framkvæmdin væri *rapid*.

Frekari upplýsingar um framkvæmd matsins og niðurstöður er að finna í 1) [Excutive Summary](#), 2) [Main Report](#) og 3) [Supplementary report](#)

LÝÐHEILSUMAT Á ÁHRIFUM COVID-19 AÐGERÐA Á ÍSLANDI

Vinnunni var hagað í samræmi við viðurkennd lykilskrif við framkvæmd lýðheilsu samanber fyrrnefndar leiðbeiningar frá Wales.

1. Skimun/skönnun (screening) – Á að framkvæma lýðheilsumat?

Í samstarfi við embætti landlæknis var ákveðið að kanna óbein áhrif covid faraldursins á heilsu og líðan í Reykjavík. Það þótti áhugavert að beita lýðheilsumatinu á afmarkað sveitarfélag, samhliða þess að áhrif faraldursins væru könnuð á landsvísu af embættinu.

Innlendar og erlendar rannsóknir benda til þess að faraldurinn hafi víðtæk áhrif, m.a. gögnin frá Wales sem renna stoðum undir þá ákvörðun að framkvæma skuli lýðheilsumat.

2. Afmörkun verkefnisins (scoping)

Tilgangur lýðheilsu matsins er að kanna óbein áhrif COVID-19 á lýðheilsu í Reykjavík. Bæði með því að mæla áhrif faraldursins á heilsu og líðan ýmissa hópa og mæla áhrif aðgerða sem ætlaðar eru til að efla lýðheilsu og draga úr neikvæðum afleiðingum faraldursins, sér í lagi aðgerða sem Reykjavíkurborg fór í.

Tímarammi lýðheilsu matsins er 6 mánuðir, frá apríl'21 – nóvember'21. Starfsmaður var ráðinn í 6 mánuði til að halda utan um verkefnið. Loka afurðin er skýrsla með helstu niðurstöðum.

Stýrihópur var ekki stofnaður enda á það ekki við, tveir óformlegir vinnuhópar voru stofnaðir. Annar með starfsfólki af skóla- og frístundasviði og hinn með starfsfólki af velferðarsviði.

Hagaðilar, auk fulltrúa í vinnuhópunum þarf að skilgreina hvaða aðra hagaðila (þekking, innsýn, reynsla, hlutverk) væri æskilegt að hafa samráð við framkvæmd matsins. Þeir starfsmenn sem leitað var til og fundað með sem búa yfir ákveðinni sérþekkingu.

Landfræðileg afmörkun, matið nær yfir Reykjavík.

3. Mat á fyrirliggjandi gögnum (Appraisal/Assesment of evidence)

Tegund gagna sem eru notuð og hvernig áhrif eru metin. Ísland býr almennt vel hvað varðar gögn og samstaða um að matið byggji á bestu, mögulegu íslensku gögnum er varðar hópa og áhrifaþætti heilbrigðis. Meðal annars verða nýtt gögn sem velferðarsvið Reykjavíkurborgar safnar um þjónustu, fengin voru gögn frá Rannsóknir og greiningu og Skólapulsinum um grunnskólanema, gögn úr vöktun embætti landlæknis fengust um fullorðna í Reykjavík og gögn um eldri borgara í Reykjavík fengust úr könnuninni Hagir eldri borgara.

Áherslur matsins fyrst að afla og greina gögn, þegar þeirri vinnu er lokið eru niðurstöðurnar skoðaðar í samhengi við aðgerðir stjórnvalda (sóttvarnaaðgerðir og samkomutakmarkanir) og einnig viðspyrnaaðgerðir Reykjavíkur. Öll þessi vinna er unnin í samstarfi við starfsfólk borgarinnar sem þekkir vel til.

4. Gerð lýðheilsu matskýrslu og annarra samantekta (Reporting and recommendations)

Þessi lokaskýrsla og glærupakki með stuttri kynningu á lýðheilsu mati og töflum með helstu niðurstöðum.

5. Vöktun og mat (Review and reflection)

Hafði lýðheilsu matið og einhverjar niðurstöður áhrif á heilsu og vellíðan eða ferlið við ákvarðanatöku? Þarf einhverskonar eftirfylgni, sérstaklega ákveðnir þættir sem kynntir eru í niðurstöðu kafla skýrslunnar.

Viðauki II: Gögn og tölfræði

Samanber áherslur lýðheilsuáhrifa var leitast við að svara eftirfarandi lykilspurningum til að meta möguleg óbein áhrif COVID-19 á lýðheilsu:

1. Eru marktækar jákvæðar eða neikvæðar breytingar á heilsu, líðan, heilsutengdri hegðun og lífnaðarháttum á þeim tíma sem COVID-19 faraldurinn gengur yfir, samanborið við fyrri tímabil, annars vegar hjá þjóðinni í heild sinni og hins vegar hjá einstaka hópum? Eftir því sem gögnin leyfa eru þau annars vegar metin fyrir ár í heild sinni og borin saman við fyrri ár og hins vegar fyrir þau tímabil sem helstu bylgjur COVID-19 ganga yfir með tilheyrandi sóttvarnaáðgerðum, samanborið við sambærileg tímabil árið á undan.

2. Ef um marktækar breytingar er að ræða sbr. lið 1, eru þær breytingar í takti við þróun (trend) fyrri ára eða er um frávik er að ræða sem benda til óbeinna áhrifa COVID-19 ?

3. Ef ekki er um marktækar breytingar að ræða sbr. lið 1, kemur eitthvað á óvart? Ekki síst skoðað ef um að ræða viðkvæma eða jaðarsetta hópa.

4. Ef vísbendingar eru um óbein COVID-19 áhrif sbr. lið 2, hvað getur skýrt þá stöðu? Leitast verður við að svara þessari spurningu með því að rýna stöðuna í samhengi við sóttvarnaáðgerðir, stöðu þekktra áhrifaþátta heilbrigðis og viðspyrnaáðgerðir stjórnvalda.

Gagnagreining

Í greiningu gagna fyrir hópanna börn og unglinga, framhaldsskólanema, fullorðna og eldri borgara var notast við sérstakt sniðmát fengið frá embætti landlæknis. Sniðmátið var útfært til að rýna gögnin með heildstæðum hætti fyrir valda lýðheilsuvísa.

Samanber litakóða á mynd 3 er búið að merkja inn í meðfylgjandi töflur marktækar breytingar miðað við 90% öryggisbil á milli árána 2020 og 2019 og hvort þær breytingar eru jákvæðar (ljós-grænt) eða neikvæðar (ljós-rautt) og miðað við 95% öryggisbil á milli árána 2020 og 2019 og hvort þær breytingar eru jákvæðar (grænt) eða neikvæðar (rautt). Í töflunum er einnig greining hvort umræddar breytingar séu í takti við þróun („trend“) fyrri ára eða hvort um frávik sé að ræða sem getur bent til óbeinna áhrifa COVID-19. Það hólf er merkt sem COVID áhrif og valmöguleikarnir eru JÁ (þróun 2019-20 vísbending um COVID-áhrif), NEI (þróun 2019-20 styður ekki COVID-áhrif) og Óljóst (þróun á milli ára óljós/liggur ekki fyrir). Öll gögn sem er rýnd fyrir lýðheilsuáhrifa afmarkast við búsetu eða skólasókn í Reykjavík.

	Marktæk neikvæð þróun seinni mælingar mv. fyrri - 95% öryggisbil
	Marktæk neikvæð þróun seinni mælingar mv. fyrri - 90% öryggisbil
	Marktæk jákvæð þróun seinni mælingar mv. fyrri - 95% öryggisbil
	Marktæk jákvæð þróun seinni mælingar mv. fyrri - 90% öryggisbil

Mynd 3. Litakóðar fyrir greiningu gagna með tilliti til breytinga á milli árána 2020 og 2019.

Börn og ungmenni

Á Íslandi er öflug gagnaöflun um stöðu barna og ungmenna og sem Rannsóknir og greining og Skólapúlsinn standa fyrir. Spurningalisti Skólapúlsins er lagður mánaðarlega fyrir börn í 6.-10. bekk í öllum grunnskólum landsins. Rannsóknir og greining leggja könnun sína, *Ungt fólk*, fyrir þrjá aldurshópa 5.-7. bekk, 8.-10. bekk og framhaldsskólanema. Fyrir lýðheilsuáttíð voru eftirfarandi gögn rýnd frá Rannsóknir og greiningu; *Ungt fólk* 5.-7. bekkur fyrri mæling 2019, seinni mæling febrúar 2021. *Ungt fólk* 8.-10. bekkur fyrri mæling febrúar 2020, seinni mæling febrúar 2021 en í tilvikum nokkurra vísa er seinni mæling er október 2020. *Ungt fólk* framhaldsskóli fyrri mæling 2018, seinni mæling október 2020. Rýnd voru eftirfarandi gögn frá Skólapúlsinum, fyrri mæling er skólaárið 2019 - 2020, seinni mæling er skólaárið 2020-2021.

Í gagnaúrvinnslu var tekið tillit til barna af erlendum uppruna og hinsegin og trans ungmenna. Hlutfall þeirra af þýðinu var það lágt að ekki var hægt að framkvæma marktækni próf. Til þess að varpa ljósi á áhrif faraldursins á þá hópa ásamt fötluðum börn, börnum í viðkvæmri stöðu og börnum á leikskólaaldri var notast við önnur gögn, m.a. niðurstöður foreldrakannana, skýrslur, minnisblöð og viðtöl við sérfræðinga.

Tafla 13. Börn og ungmenni

Vísir	Fyrri (%)	Seinni (%)	Munur milli mælinga	Marktæk breyting	COVID áhrif
Nám					
Lestur - skemmtilegt að lesa (5.-7. b)	74,3	67,0	-7,3		NEI
Námið skemmtilegt (5.- 7. b)	35,9	30,2	-5,7		JÁ
Samvera					
Mikil Samvera með foreldrum -virkir dagar (5.- 7. b)	57,6	56,0	-1,6		
Mikil Samvera með foreldrum - helgar (5.- 7. b)	87,8	82,5	-5,3		Óljóst
Umhyggja og hlýja hjá foreldrum (5.- 7. b)	67,2	62,7	-4,5		JÁ
Mikil Samvera með foreldrum - virkir dagar (8.-10. b)	51,6	58,1	6,5		JÁ
Mikil Samvera með foreldrum - helgar (8.-10. b)	71,0	74,2	3,2		JÁ
Umhyggja og hlýja hjá foreldrum (8.-10. b)	70,9	67,3	-3,6		JÁ
Úti eftir miðnætti (8.-10. b)	16,4	18,9	2,5		
Líðan					
Einmana (5.-7. b)	4,8	8,2	3,4		
Einmana (8.-10. b)	13,0	12,2	-0,8		
Líkamleg heilsa - mjög góð (8.-10. b)	32,2	30,0	-2,2		
Andleg heilsa - mjög góð (8.-10. b)	25,4	23,3	-2,1		
Sjálfsálit - kvarði (6.-10. b)	61,8	54,8	-7		Óljóst
Sjálfsálit - finnst hann/hún ekki skipta neinu máli fyrir aðra (6.-10. b)	40,6	47,4	6,8		JÁ
Stjórn á eigin lífi - kvarði (6.-10. b)	43,6	37,1	-6,5		JÁ
Stress eða kvíði (6.-10. b)	25,0	30,5	5,5		Óljóst
Svefn					
Erfitt að sofna eða halda sér sofandi (5.-7. b)	13,3	20,9	7,6		Óljóst
Stuttur svefn, 7 tímar eða minna (8.-10. b)	42,3	44,1	1,8		
Nægur svefn á virkum dögum (8.-10. b)	44,5	38,6	-5,9		Óljóst
Skjánotkun					
Tölvuleikjanotkun - 3 tímar eða meira (5.- 7. b)	18,7	26,4	7,7		JÁ
Samfélagsmiðlanotkun - 3 tímar eða meira (5.- 7. b)	8,5	16,0	7,5		JÁ
Samfélagsmiðlanotkun - 3 tímar eða meira (8.-10. b)	35,9	34,9	-1		
Félagsstarf					
Félags-eða tómstundastarf (8.-10. b)	33,9	42,0	8,1		NEI

Félagsmiðstöð (8.-10. b)	33,0	50,0	17,0		NEI
Áhættu hegðun					
Daglegar reykingar (8.-10.b)	0,7	1,1	0,4		
Dagleg neysla á rafrettum (8.-10.b)	4,4	4,7	0,3		
Hafa orðið drukkin sl. 30 daga (8.-10.b)	4,0	4,6	0,6		
Hafa notað marjúána 1x eða oftar um ævina (8.-10.b)	4,3	4,2	-0,1		

Gögn frá Rannsóknir og greiningu:

*5.-7. b fyrri mæling 2019, seinni mæling febrúar 2021

*8.-10. b fyrri mæling febrúar 2020, seinni mæling febrúar 2021 (fyrir utan vísana þátttaka í íþróttastarfi og samfélagsmiðlanotkun, seinni mæling er október 2020)

Gögn frá Skólapúls

*6.-10. b. fyrri mæling er skólaárið 2019 - 2020, seinni mæling er skólaárið 2020-2021.

Tafla 14. Framhaldsskólanemar

Vísir	Fyrri (%)	Seinni (%)	Munur milli mælinga	Marktæk breyting	COVID áhrif
Nám					
Námið erfitt	19,2	30,4	11,2		JÁ
Auðvelt að læra þó kennslan sé breytt *	54,4	45,6	-8,8		JÁ
Breytt kennslufyrirkomulag hefur slæm áhrif *	39,1	51,1	12		JÁ
Stuðningur frá kennara *	73,6	70,3	-3,3		JÁ
Tækifæri til beinna samskipta við kennara *	79,4	90	10,6		JÁ
Góður búnaður heima til fjarkennslu *	89,4	91,2	1,8		JÁ
Samvera					
Umhyggja og hlýja hjá foreldrum	71,1	68,2	-2,9		JÁ
Samræður við foreldra	57,6	54	-3,6		Óljóst
Samræður við foreldra – KVK	61,7	56,5	-5,2		Óljóst
Líðan					
Andleg heilsa - mjög góð	22,1	16,7	-5,4		JÁ
Einmana	13	20	7		JÁ
Svefn					
Erfitt að sofna eða halda sér sofnandi	18,3	23,1	4,8		??
Stuttur svefn, 7 tímar eða minna	74,1	60,6	-13,5		JÁ
Hreyfing					
Líkamleg heilsa - mjög góð	35	29,7	-5,3		JÁ
Þátttaka í íþróttastarfi	28,6	40,6	12		Óljóst
Mikil röskleg hreyfing	39	38,1	-0,9		
Mataræði					
Neysla gosdrykkja/coladrykkja	39	38,6	-0,4		
Neysla orkudrykkja	51,8	44,4	-7,4		JÁ
Áhættu hegðun					
Daglegar reykingar (8.-10. b)	4,7	1,6	-3,1		
Dagleg neysla á rafretum (8.-10. b)	21,9	9,2	-12,7		Óljóst
Hafa orðið drukkin sl. 30 daga (8.-10. b)	37,8	24,3	-13,5		JÁ
Hafa notað marjúana 1x eða oftar um ævina (8.-10. b)	22,6	18,5	-4,1		

Gögn frá Rannsóknir og greining

Fyrri mæling er 2018, seinni mæling er október 2020. Nema * þá er spurt um báðar mælingar í október 2020. En þátttakendur beiðnir um að svara hversu vel þetta átti við um þá síðastliðið vor, í fyrstu bylgju, og svo hvernig þetta átti við þá í október 2020.

Fullorðnir

Fengin voru gögn úr vöktun embætti landlæknis sem nær til fullorðinna Íslendinga á aldrinum 18 ára og eldri. Gögn fyrir valda lýðheilsuvísa voru greind fyrir hópinn í heild, eftir kynjunum karlar og konur, eftir þremur aldursflokkum og hæsta menntunarstigi. Borin voru saman tímabilin 2019 og 2020.

Vert er að taka fram að vöktun embætti landlæknis hefur sínar takmarkanir, m.a. er könnunin ekki á öðrum tungumálum en íslensku auk þess sem frekari bakgrunnsbreytur skortir til að greina stöðu ýmissa undirhópa sem eru í viðkvæmri stöðu í þjóðfélaginu.

Tafla 15. Fullorðnir alls

Vísir	Hópur	Fyrri (%)	Seinni (%)	Munur milli mælinga	Marktæk breyting	Covid áhrif
Hreyfing						
Lítill röskleg hreyfing	Alls	19,6	23,8	4,2		JÁ
Mataræði						
Ávaxtaneysla	Alls	51,2	46,3	-4,9		JÁ
Áhættuhegðun						
Ölvunardrykkja	Alls	45,8	36,0	-9,9		JÁ

Tafla 16. Fullorðnir - Konur

Vísir	Hópur	Fyrri (%)	Seinni (%)	Munur milli mælinga	Marktæk breyting	Covid áhrif
Líðan						
Einmanaleiki	Alls	10,7	15,2	4,5		JÁ
Einmanaleiki	55 ára & eldri	2,1	11,6	9,5		JÁ
Hamingja	55 ára & eldri	70,4	55,6	-14,8		JÁ
Hamingja	Grunnskólapróf	65,4	42,6	-22,7		JÁ
Hreyfing						
Líkamleg heilsa - slæm	55 ára & eldri	24,7	40,7	16,0		JÁ
Lítill röskleg hreyfing	Alls	17,2	23,5	6,3		JÁ
Lítill röskleg hreyfing	35-54 ára	15,0	24,7	9,7		JÁ
Virkur ferðamáti	Alls	26,3	19,4	-6,8		JÁ
Virkur ferðamáti	18-34 ára	30,4	18,0	-12,3		JÁ
Mataræði						
Ávaxtaneysla	55 ára & eldri	62,9	45,1	-17,8		JÁ
Neysla sykraðra gosdrykkja	Auðvelt að ná endum saman	3,5	7,7	4,2		JÁ
Áhættuhegðun						
Ölvunardrykkja	Alls	40,8	30,2	-10,5		JÁ
Ölvunardrykkja	Háskólapróf	42,0	32,5	-9,5		JÁ
Ölvunardrykkja	Auðvelt að ná endum sama	43,1	30,4	-12,6		JÁ

Tafla 17. Fullorðnir - Karlar

Vísir	Hópur	Fyrri (%)	Seinni (%)	Munur milli mælinga	Marktæk breyting	Covid áhrif
Karlar						
Mataræði						
Neysla orkudrykkja	55 ára eða eldri	0,0	1,5	1,5		Nei
Neysla orkudrykkja	55-64 ára	0,0	2,7	2,7		Nei
Áhættuhegðun						
Ölvunardrykkja	Alls	51,3	41,9	-9,3		JÁ
Ölvunardrykkja	35-54 ára	62,7	47,6	-15,1		JÁ
Ölvunardrykkja	35-44 ára	68,9	48,0	-20,9		JÁ
Ölvunardrykkja	Auðvelt að ná endum saman	54,3	42,0	-12,3		JÁ
Fjárhagserfiðleikar						
Erfitt að ná endum saman	Háskólapróf	11,5	5,8	-5,7		JÁ

Eldri borgarar

Gögn voru fengin frá Félagsvísindastofnun Háskóla Íslands úr spurningakönnuninni Hagir eldri borgara. Könnunin náði yfir landið allt og var lögð fyrir 67 ára og eldri. Hér í lýðheilsumatinu er aðeins kannaðir svarendur búsettir í Reykjavík. Gögn fyrir valda vísa voru greind fyrir hópinn í heild og eftir kynjunum karlar og konur. Borin voru saman fyrirlagnir frá árunum 2016 og 2020.

Tafla 18. Aldraðir - Hagir eldri borgara

Vísir	Fyrri (%)	Seinni (%)	Marktæk breyting	Covid áhrif
Ferðavenjur - gangandi	9,0	35,5		NEI
Dagleg samskipti við fólk utan heimilis	69,7	51,0		JÁ
Andleg heilsa - hrakað eftir að covid faraldurinn hófst		20,0		JÁ
Líkamleg heilsa - hrakað eftir að covid faraldurinn hófst		33,2		JÁ
Líkamsþjálfun - dró úr líkamsþjálfun eftir að covid faraldurinn hófst		58,7		JÁ

Tölfræði velferðarsviðs

Velferðarsvið heldur úti vefnum velstat.reykjavik.is þar sem bæði mánaðarleg og árleg tölfræði um ýmissa þjónustu velferðarsviðsins eru birt. Hér er um rauntölur að ræða og tvær töflur sýna niðurstöðurnar. Fyrri taflan sýnir breytingar eftir árum og möguleg COVID áhrif, seinni taflan sýnir breytingar á meðaltali eftir COVID bylgjum. Þetta er gert þar sem ekki alltaf sjást breytingar á heildartölu fyrir árið en greinileg breyting er á tímabilum.

Tafla 19. Tölfræði velferðarsviðs, heil ár.

Vísir	Heil ár		Covid áhrif
	Fjöldi 2019	2020	
Þjónusta við eldri borgara og fatlaða			
Félagsleg heimþjónusta	3.603	3.568	Óljóst
Heimahjúkrun (fjöldi skjólstæðinga)	2.457	2.684	Óljóst
Heimsendur matur (fjöldi máltíða)	88.565	128.213	JÁ
Ferðþjónusta fatlaðs fólks (fjöldi ferða)	228.256	173.480	JÁ
Þjónustuíbúðir aldraða - úthlutanir	64	66	NEI
Heimilislausir			
Gistiskýlið Lindargötu og Grandagarður (fjöldi gesta)	223	222	Óljóst
Konukot (+ tímabundið gistiskýli, komið á apríl 2020)	112	95	JÁ
Fjárhagur			
Atvinnuleysi (fjöldi atvinnulausra í lok mánaðar)* VMST %	4,6%	11,2%	JÁ
Fjárhagsaðstoð til framfærslu	2.195	2.539	Óljóst
Félagslegt húsnæði (fjöldi umsækjenda á biðlista)	697	525	Óljóst
Misrétti og ofbeldi			
Fjöldi tilkynninga til Barnaverndar	4.677	5.316	JÁ
Heimilisofbeldi (fjöldi tilkynninga)	196	228	JÁ
Skólaþjónusta			
Fj. barna á biðlista eftir skólaþjónustu (fyrsta þjónusta)	1.877	2.104	Óljóst

Tafla 20. Tölfræði velferðarsviðs, eftir bylgjum.

Vísir	COVID-19 bylgja I			COVID-19 bylgja III		
	Meðaltal 2019	2020	Covid áhrif	Meðaltal 2019	2020	Covid áhrif
Þjónusta við eldri borgara og fatlaða						
Félagsleg heimþjónusta	2792	2459	JÁ	2.798	2.579	JÁ
Heimahjúkrun (fjöldi skjólstæðinga)	1061	1036	JÁ	1.081	1.120	Óljóst
Heimsendur matur (fjöldi máltíða)	7.688	12.343	JÁ	7.424	12.090	JÁ
Ferðþjónusta fatlaðs fólks (fjöldi ferða)	12.090	6.901	JÁ	20.929	14.416	JÁ
Þjónustuíbúðir aldraða - úthlutanir	7	2	NEI	7	6	NEI
Heimilislausir						
Gistiskýlið Lindargötu og Grandagarður - fjöldi gesta	71	52	JÁ	66	55	JÁ
Konukot (+ tímabundið gistiskýli, komið á apríl 2020)	31	29	Óljóst	32	35	JÁ
Fjárhagur						
Atvinnuleysi (fjöldi atvinnulausra í lok mánaðar)* VMST %	3,8%	9,1%	JÁ	4,4%	11,1%	JÁ
Fjárhagsaðstoð til framfærslu	1.041	1.252	JÁ	1.087	1.344	JÁ
Félagslegt húsnæði (fjöldi umsækjenda á biðlista)	891	661	Óljóst	751	593	Óljóst
Misrétti og ofbeldi						
Fjöldi tilkynninga til Barnaverndar	400	445	JÁ	376	474	JÁ
Heimilisofbeldi (fjöldi tilkynninga)	17	19	JÁ	12	18	JÁ
Skólaþjónusta						
Fj. barna á biðlista eftir skólaþjónustu (fyrsta þjónusta)	230	101	JÁ	203	315	JÁ