

Systematiska översikter om insatser för att förebygga och motverka ensamhet bland äldre personer, rapport 386 (2024)

Bilaga 1: Beskrivning av inkluderade systematiska översikter samt vilka insatser översiktsförfattarna bedömt som effektiva.

Författare, publikationsår	Datum för litteratursökning	Åldersgrupp	Boendeform	Typ av insats	Antal studier, antal deltagare	SMD (95 % KI)	NNT
Chua et al., 2023 [1]	februari 2022	50 år och äldre	Hemmaboende äldre	Hembaserade insatser <sup>a</sup>	8 RCT, 1356 deltagare	-0,27 (-0,51 till -0,03)	11,9
Fu et al., 2022 [2]	oktober 2021	65 år och äldre	Hemmaboende äldre samt äldre på särskilda boenden	Insatser på distans <sup>b</sup>	13 RCT, 1045 deltagare	-0,41 (-0,70 till -0,13)	7,5
Hoang et al., 2022 [3]	mars 2020	65 år och äldre	Äldre på särskilda boenden	Djurassisterade insatser	3 RCT, 111 deltagare	-1,86 (-3,14 till -0,59)	1,6
				Digitala insatser	2 RCT, 152 deltagare	-1,40 (-2,37 till -0,44)	2,0
				Multikomponentprogram <sup>c</sup>	3 RCT, 675 deltagare	-0,53 (-0,86 till -0,20)	5,6
				Fysisk aktivitet	3 RCT, 675 deltagare	-0,53 (-0,86 till -0,20)	5,6
Shekelle et al., 2024 [4]	juni 2021	50 år och äldre	Hemmaboende äldre	Återkommande träffar i grupp utifrån ett visst tematiskt innehåll	11 RCT, deltagare*	-0,25 (-0,42 till -0,08)	11,9
				Utbildning i att använda digitala verktyg	5 RCT, deltagare*	-0,22 (-0,30 till -0,14)	14,9
				Internetbaserad psykologisk behandling	7 RCT, deltagare*	-0,27 (-0,53 till -0,01)	11,9
Yu et al., 2023 [5]	mars 2023	60 år och äldre	Hemmaboende äldre	Psykologiska insatser <sup>d</sup>	6 RCT, 1181 deltagare	-2,33 (-4,40 till -0,25)	1,5
				Sociala stödinsatser <sup>e</sup>	14 RCT, 2439 deltagare	-0,63 (-1,16 till -0,10)	4,6
				Beteendeaktivering	4 RCT, 547 deltagare	-0,27 (-0,45 till -0,08)	11,9
				Multikomponentprogram <sup>c</sup>	7 RCT, 1317 deltagare	-0,28 (-0,54 till -0,03)	11,9

\* antal deltagare ej redovisat

Förkortningar: **SMD** = Standardiserad medelvärdeskilnad; **NNT** = Numbers needed to treat. Notera att data kring effektstorlek och konfidensintervall är hämtade från översikterna. NNT-analyser utförda av SBU har baserats på översiktens resultat.

<sup>a</sup> Översiktsförfattarna har i denna översikt grupperat alla typer av insatser som ges till äldre som är hemmaboende. Subgruppsanalyser på typ av intervention visar fyra typer av insatser som effektiva: vänskapsinterventioner, psykologisk behandling, utbildning och färdighetsträning samt hälsofrämjande vård- och omsorgsinsatser.

<sup>b</sup> Såsom videosal, telefonsamtal eller dator- och internetbaserade insatser.

<sup>c</sup> Kombinerade och multimodala insatser innehållande olika komponenter.

<sup>d</sup> Översiktsförfattarna har i denna grupp inkluderat insatser såsom meditation, yoga, andlighet, psykologisk självhjälp samt psykoterapi.

<sup>e</sup> Översiktsförfattarna har i denna grupp inkluderat fritidsaktiviteter, sociala aktiviteter, sociala nätverk, digitala verktyg för socialt samspel.

1. Chua CMS, Chua JYX, Shorey S. Effectiveness of home-based interventions in improving loneliness and social connectedness among older adults: a systematic review and meta-analysis. *Aging Ment Health*. 2024;28(1):1-10. Available from: <https://doi.org/10.1080/13607863.2023.2237919>.
2. Fu Z, Yan M, Meng C. The effectiveness of remote delivered intervention for loneliness reduction in older adults: A systematic review and meta-analysis. *Front Psychol*. 2022;13:935544. Available from: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.935544>.
3. Hoang P, King JA, Moore S, Moore K, Reich K, Sidhu H, et al. Interventions Associated With Reduced Loneliness and Social Isolation in Older Adults: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Netw Open*. 2022;5(10):e2236676. Available from: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.36676>.
4. Shekelle PG, Miake-Lye IM, Begashaw MM, Booth MS, Myers B, Lowery N, et al. Interventions to Reduce Loneliness in Community-Living Older Adults: a Systematic Review and Meta-analysis. *J Gen Intern Med*. 2024;39(6):1015-28. Available from: <https://doi.org/10.1007/s11606-023-08517-5>.
5. Yu DS-f, Li PW-c, Lin RS-Y, Kee F, Chiu A, Wu W. Effects of non-pharmacological interventions on loneliness among community-dwelling older adults: A systematic review, network meta-analysis, and meta-regression. *Int J Nurs Stud*. 2023;144: 842-48. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2023.104524>.