



Lungcancer och psykisk hälsa: erfarenheter från patienter och närstående i Europa

Sammanfattning

Med samarbetet i Sverige av:  Lungcancer
föreningen

Metod

Denna rapport innehåller en analys av hur lungcancer påverkar psykisk hälsa hos personer i Europa som berörs av sjukdomen. Den bygger på data som är insamlade via en webbenkät som pågick mellan den 28 maj – 6 juli 2025. Totalt besvarade 2 204 personer enkäten, 1 709 personer med lungcancer och 495 närstående, från 31 länder i Europa.

Resultat

Psykisk hälsa och lungcancer

Mer än hälften av alla deltagare (61 %) rapporterade en betydande **negativ påverkan på sin psykiska hälsa** efter en lungcancerdiagnos.

De känslor som påverkade livskvaliteten mest var sorg (58 %), rädsla (56 %), ångest (56 %) och osäkerhet (55 %). Den största emotionella svårigheten var **rädslan för behandlingssvikt eller för att sjukdomen skulle bli värre** (77 % av deltagarna). Att få diagnosbeskedet var det mest känslomässigt belastande steget i vårdprocessen (64 %), följt av hantering av biverkningar (46 %).

Oroande nog uppgav 44 % att de upplevt extrem sorg; 25 % kände sig fångna och 21 % rapporterade varaktiga känslor av hopplöshet eller värdelöshet sedan diagnosen.

Efter diagnosen upplevde nio av tio deltagare **emotionella svårigheter som påverkade deras vardagsliv**. Nästan hälften (46 %) angav att dessa svårigheter störde vardagen "ofta" eller "ständigt", i det sociala livet, i livsstilen, ekonomin och arbetet.

Psykisk påverkan: depression och ångest

Bland deltagare med samtidig depression (23 %) uppgav en fjärdedel att den diagnosen ställdes efter lungcancerdiagnosen. Sammantaget hade 15 % av deltagarna en **depressionsdiagnos efter beskedet om lungcancer**. Bland dem utan formell depressionsdiagnos uppfattade ändå 15 % sig själva som drabbade av nedstämdhet. Bland respondenter med diagnostiserad ångeststörning (21 %) uppgav 29 % att de fått diagnosen efter lungcancerdiagnosen, medan 57 % hade en

ångestdiagnos sedan tidigare. Sammantaget hade 18 % av alla deltagare en ångeststörning efter lungcancerdiagnosen. Bland dem utan formell ångestdiagnos uppfattade 16 % sig själva som ha ångestproblem.

Stöd och copingstrategier

Förmåga att upprätthålla en känsla av normalitet var den oftast nämnda faktorn som påverkade den psykiska hälsan positivt (53 %), följt av en hälsosam livsstil (49 %) och stöd från närstående (45 %).

Totalt fick 94 % stöd från närstående, och de flesta deltagare (82 %) var nöjda med detta stöd. Dock **ansåg 66 % att deras närstående inte helt förstod vad de gick igenom**, 41 % hade inte alltid hjälp när den behövdes, och 26 % delade "sällan" eller "aldrig" sina känslor med omgivningen.

Hälften av deltagarna **erbjöds inte någon form av stöd för psykisk hälsa under vårdprocessen**, och de flesta (65 %) informerades inte om patientorganisationer eller stödgrupper. Vad värre är, 41 % ansåg att deras behandlingsteam inte gav ett bra emotionellt stöd; samtidigt upplevde en liknande andel (39 %) emotionella svårigheter men valde att inte rapportera dem till behandlingsteamet.

Deltagarna betonade vikten av att få **mer medicinsk information** (50 %), att få mer stöd i hanteringen av **biverkningar** (44 %), förbättrad kommunikation med hälso- och sjukvårdspersonal (38 %) samt bättre tillgång till tjänster för psykisk hälsa (34 %).

Slutsatser

- Hälso- och sjukvårdssystem och beslutsfattare måste erkänna stöd för psykisk hälsa som en grundläggande del av vårdprocessen vid lungcancer.
- Hälso- och sjukvårdspersonal måste ge tydlig information och stärka människor att hantera sin sjukdom och sitt psykiska välbefinnande.

