

Från fråga till svar – Systematisk litteraturoversikt

Hej! Jag (*Knut Sundell*) arbetar på SBU – Statens beredning för medicinsk och social utvärdering. Vi är en statlig myndighet som utvärderar det vetenskapliga stödet för insatser inom hälso- och sjukvård, tandvård, arbetsmiljö, socialtjänst och området funktionstillstånd och funktionshinder. Utvärderingarna beskriver medicinska, sociala, etiska och hälsoekonomiska aspekter. Den här filmen handlar om SBU:s viktigaste arbetsverktyg: den systematiska litteraturoversikten.

Vi vill alla att de som behöver hjälp ska få bästa vård och omsorg. Men alla insatser, metoder eller behandlingar är inte lika effektiva. Några kan vara helt utan effekt och en del kan till och med vara skadliga. Ett exempel: i en översikt av hundratals insatser för att förebygga kriminalitet fann amerikanska forskare att få faktiskt var effektiva (*grafik listar olika insatser från artikel av Welsh BC och Rocque M (When crime prevention harms: a review of systematic reviews. J Exp Criminol 2014;10:245-66) och att sammantaget 36 procent är effektiva*). Några ökade till och med risken för fortsatt kriminalitet (*grafik visar 3 procent*). De flesta gjorde vare sig till eller från (*grafik visar 61 procent*). God vilja, bra resurser och en rimlig teori om varför en insats är effektiv räcker inte.

Forskning är **ett** sätt att få kunskap om vad som fungerar bättre respektive sämre. Men även flera välgjorda studier med samma forskningsfråga kan ge olika resultat. De personer som får behandlingen kan vara mer eller mindre motiverade, vilket påverkar. De som ger behandlingen kan vara olika skickliga att använda insatsen. De kan också bemöta personen som söker hjälp på olika sätt; några förmedlar optimism och framtidstro medan andra är sämre på det. Det påverkar.

En studie är bättre än ingen studie. Om den är välgjord kan den ge viss vägledning. Men för att vara säkrare behöver vi flera studier av samma insats som – i bästa fall – har utförts i olika regioner eller länder, med olika studiedeltagare och av olika forskare. Om flera välgjorda studier ger samma resultat, litar vi mer på det.

Det finns olika sätt att sammanställa och beskriva forskningsläget. Den metod som SBU använder kallas systematisk litteraturoversikt och är lämpad för att bedöma insatsers effekter. Den består av sex steg.

Steg 1: Formulera en fråga som kan besvaras: Det första steget är att formulera en tydlig fråga. En oprecis fråga påverkar alla följande steg och ger ett oprecist svar. SBU använder en internationell modell som kallas PICO efter de fyra delar som behöver specificeras.

- ▶ P står för population eller problem. Vilken grupp av personer är vi intresserade av?
- ▶ I syftar på den insats (*eller intervention*), metod eller behandling som ska undersökas.
- ▶ C står för engelska control (*eller comparison*) – det vill säga vad är jämförelsealternativet. En insats kan vara effektiv jämfört med en annan insats men inte jämfört med en tredje.
- ▶ Och O beskriver outcome – eller på svenska ”utfallsmått”. För vad är insatsen effektiv? En insats kan till exempel minska risken för fortsatt kriminalitet men inte minska psykisk ohälsa.

Steg 2: Litteratursökning i flera databaser: Det andra steget handlar om att hitta all forskning som belyser frågan. Varje år publiceras miljontals vetenskapliga artiklar. Artiklarna blir sedan sökbara i olika databaser. För att hitta alla relevanta artiklar behöver flera databaser sökas igenom systematiskt. Sökningen bör innehålla så få begränsningar som möjligt för att inte missa något. Men det gör också att många studier som inte behandlar frågeställningen kommer med.

Steg 3: Relevansgallring: I det tredje steget väljs därför den forskning ut som faktiskt är relevant för frågan enligt PICO:t.

Steg 4: Kvalitetsgranskning: I det fjärde steget kvalitetsgranskas sedan de relevanta studierna. Alla studier har begränsningar, men några har allvarligare svagheter. Sådan forskning sorteras bort för att inte riskera snedvridda resultaten (*risk för systematiska fel/ snedvridning av resultaten (engelska: risk of bias)*).

Steg 5: Sammanvägning av resultaten: I det femte steget vägs den forskning samman som både klarat relevans- och kvalitetsgranskningen. Ger olika studier snarlika resultat eller inte? Sammanvägningen görs per utfallsmått, till exempel ett för missbruk och ett för återfall i kriminalitet.

Steg 6: Evidensgradering: Det sjätte och sista steget handlar om att bedöma det samlade resultatets tillförlitlighet. En insats kan enligt forskningen i genomsnitt vara mer effektiv än en annan insats, men resultatet kan ha låg tillförlitlighet (⊕⊕○○). På samma sätt kan resultat som visar att en insats saknar effekt ha hög tillförlitlighet (⊕⊕⊕⊕).

Alla sex steg behöver dokumenteras så att det är möjligt för andra att se precis hur SBU har kommit fram till sina slutsatser. Om någon upprepar utvärderingen ska de få samma resultat.

En systematisk översikt blir aldrig bättre än det samlade forskningsunderlaget. Om det saknas forskning – vilket är vanligt – eller om forskningen håller låg kvalitet blir resultatet en vetenskaplig kunskapslucka och läggs in i SBU:s databas. Det ger viktig information för de som använder insatser och metoder så att de kan vara extra observanta på om de fungerar för den enskilde. Det skickar också en viktig signal till forskarsamhället och de som finansierar forskning om vad som behöver beforskas i framtiden.

SBU ger inga riktlinjer, men den systematiska litteraturöversikten är vår metod för att de som behöver hjälp ska få bästa vård och omsorg.

Läs mer på www.sbu.se/handbok

SBU – Statens beredning för medicinsk och social utvärdering

Länk till filmen: <https://youtu.be/ICrfUGmjQLA>
 på SBU:s kanal på YouTube: www.youtube.com/sbukunskapscentrum