

Stressrelaterad prestationsnedsättning bland sjuksköterskor,  
undersköterskor samt sjukvårdsbiträden i Västra  
Götalandsregionen - samband med ålder och symptom

Ulrika Wetterhamn

Leg läk, spec allmäninternmedicin, geriatrik

Företagsläkare Hälsan & Arbetslivet

Trollhättan

Handledare Mats Hagberg

Professor/Överläkare Arbets- och miljömedicin

Göteborgs Universitet

Projektarbete vid företagsläkarkursen, Sahlgrenska Akademin vid Göteborgs  
Universitet 2006/2007

## Innehållsförteckning

Sammanfattning .....	3
Inledning.....	4
Metod och undersökt grupp.....	5
Resultat.....	6
Diskussion .....	7
Referenser.....	9

## Sammanfattning

Sjuklighet bland sjukvårdsanställda upplevdes som ett stort problem av försäkringskassan då långtidssjukskrivningarna och förtidspensioneringarna ökade kraftigt i slutet av 90-talet och början av 2000 talet. Ökningen var tydligast när det gällde diagnoser tydande på psykisk ohälsa. I början av 90-talet utgjorde de 14% av all sjukfrånvaro över 60 dagar. Denna siffra hade stigit till 23% år 2000.

Syftet i detta projekt var att undersöka hur vanligt stressrelaterad prestationsnedsättning var bland sjukvårdsanställda inom VGR. Vidare att studera om det finns ett samband med ålder och symptom.

En enkät, "Folkhälsan i Västra Götaland 2002" besvarades av ca 5000 invånare inom VGR. Resultaten i denna rapport koncentreras på sjuksköterskor, undersköterskor samt sjukvårdsbiträden totalt 477 st. I enkäten fick man svara på 31 kryss frågor gällande ex ålder kön och hur man upplevde sitt hälsotillstånd samt en fråga om man upplevt stress mer än 7 sammanhängande dagar den senaste 12 månadersperioden (ELO-stress).

Svaren delades in i 2 grupper beroende på om man svarat ja eller nej och sedan jämfördes sjukskrivnings frekvens.

Personer som svarat Ja på frågan om stressymptom (7d/12mån) var i högre grad sjukskrivna än den grupp som ej angett dessa besvär. De yngre sjuksköterskorna samt de äldre undersköterskorna var de som upplevde mest symptom som påverkade deras arbetsinsats. I båda grupperna angav 32% av de svaranden besvär som nedsatt deras prestations förmåga. De som angav ELOstress upplevde i högre grad prestationsnedsättning än de som ej angett dessa besvär. Erbjudande av stresshanteringskurser i Företagshälsovårdens regi skulle kunna vara ett bland flera sätt att minska enskilt lidande och förbättra produktionen i sjukvården.

### Slutsats

En stor andel, en fjärdedel av alla sjuksköterskor, undersköterskor samt sjukvårdsbiträden angav prestationsnedsättning pga besvär.

För de som upplevde stress var det 2-5 gånger vanligare att rapportera prestationsnedsättning jämfört med de som ej upplevde stress.

## Inledning

Den ekonomiska krisen i början av 1990-talet ledde till att flera hundra tusen arbetstillfällen gick förlorade. Men arbetsuppgifterna försvann inte. De som var kvar fick acceptera en högre arbetsbelastning och ett allt mer uppdrivet tempo.

Stress bland sjukvårdspersonal upplevdes som ett problem inom sjukvården då det ofta medför nedsatt prestationsförmåga hos arbetstagaren och ibland också sjukskrivning som en följd av detta. Inom vårdsektorn innebar omorganisationerna som regel en strävan mot plattare organisationer. Man delegerade arbetsuppgifter och ansvar men utan något tillskott av resurser och befogenheter, vilket ledde till frustrering. Alltmer osäkra anställningsförhållanden i form av projektanställningar tillfälliga jobb och inhyrd arbetskraft sågs också. Tidigare fanns reträttposter med mindre stressigt men ändå meningsfullt arbete. Idag blir till och med Samhall alltmer affärsdrivande.

Det är inte bara belastningen på arbetet som ger stress utan också våra fritidsvanor med den ständiga ”jakten på upplevelser i 24-timmarsamhället”(1).

Vissa företag ex Astra Zeneca i Södertälje har inlett en antistresskampanj bland sina anställda. I första skedet fick de anställda lära sig om mat och kost vanor detta följdes sedan upp med en kurs i vad stress egentligen var (2). Liknande satsningar finns inom VG regionen NU-sjukvården som har rehab kurser för anställda som både är långtidssjukskrivna, har upprepad korttidsfrånvaro eller löper risk att bli sjukskrivna. En första erfarenhet är att sjukfrånvaron minskat enligt Nusjukvårdens egna uppgifter (3).

Knappt hälften av kvinnorna i Västra Götalandsregionen känner sig trötta och håglösa.

I riket för övrigt är motsvarande andel något lägre liksom för männen. Hälften har svårt att koppla av tankarna på jobbet när de är lediga. Stressrelaterade besvär såsom ex huvudvärk är vanligt spec bland kvinnor där drygt 30% anger denna typ av besvär.

Syftet i detta projekt var att undersöka hur stor del av anställda sjuksköterskor undersköterskor samt sjukvårdsbiträden som anger denna typ av besvär.

## Metod och undersökt grupp

Totala enkät resultatet redovisas i Folkhälsan i Västra Götaland 2002 del 1 och 2 (4).

Resultaten baserades på svar från enkät som genomförts i Västra Götalands regionen år 2002.

Undersökningen genomfördes som en postenkät till ett slumpmässigt urval av 8000 personer boende i regionen i åldersintervallet 18-64år. Två påminnelser utgick innan datainsamlingen avslutades. Andelen svaranden var 5109 personer bosatta inom Västra Götalandsregionen men svaren som här studerats omfattar endast sjukvårdspersonal. Antalet svaranden blev därigenom 477 personer. Personerna har delats in i 3 grupper: Yngre=17-34år, Äldre=äldre än 50år samt en mellangrupp 35-49år.

Enkäten bestod i 31 kryssfrågor. De första gällde ålder, kön, civilstånd samt en bedömning av det egna hälsotillståndet, sedan frågor gällande typ av anställning följt av avslutande frågor som ev sjukskrivning ork att engagera sig i saker efter arbetsdagen samt ev sjuknärvaro.

De frågor som fokuserades på i denna undersökning var : Har du under längre sammanhängande tid än 7 dagar de senaste 12 månaderna känt stress? (Ett tillstånd då man känner sig spänd, rastlös eller orolig eller inte kan sova på natten eftersom man tänker på problem hela tiden).

En fråga om den svarandes ålder samt om man upplevde att besvären nedsatte prestationsförmågan ingick också.

Totalt svarade 477 sjukvårdsanställda kvinnor inom regionen. Svaren indelades sedan efter ålder, yrke samt upplevd prestationsnedsättning. Dessa fördelades på 92 sjuksköterskor, 204 undersköterskor samt 181 sjukvårdsbiträden.

Man tittade dels på varje enskild grupp men även varje grupp indelad i 3 undergrupper beroende på ålder. Gruppindelningen 17-34år, 18-49år samt > 50år användes.

Frågan som fokuserats på är : Har du senaste månaden haft besvär som påverkat din arbetsprestation? Dessutom frågades : Har Du under längre tid än 7 dagar de senaste 12 månaderna känt av sådan stress? (Elostress)(6).

Vid svar på denna fråga jämfördes procent av upplevd prestationsnedsättning beroende på om man svarat ja eller nej på frågan om långvarig stressupplevelse (7dgr/12mån).

Ett jämförande av sjukskrivning eller ej gjordes också baserat på om man upplevt stress mer än 7 dagar i följd eller ej.

## Resultat

Totalt upplevde 24% av sjuksköterskorna 24% av undersköterskorna samt 25% av sjukvårdsbiträdena sig prestationsnedsatta pga besvär. Ingen skillnad mellan yrken kunde ses. (tabell 1 ).

Tabell 1. Har Du senaste månaden haft besvär som påverkat Din arbetsprestation? (Totalt var det 477 svaranden.)

	Prestationsnedsatt	Antal svaranden
Sjuksköterska	24% (22)	92
Undersköterska	24% (49)	204
Sjukvårdsbiträde	25% (45)	181

Upplevelse av prestationsnedsättning sågs variera beroende på svarandens ålder. De yngsta sjuksköterskorna och de äldsta undersköterskorna var de som angav mest besvär (tabell 2 ).

Tabell 2 Andel som rapporterat prestationsnedsättning i procent olika åldersgrupper bland sjukvårdsanställda. Antalet inom parentes.

	17-34år	35-49år	>50år
Sjuksköterskor	32%(8st)	19%(8st)	24%(6st)
Undersköterskor	18%(10st)	24%(23st)	32%(16st)
Sjukvårdsbiträden	22%(11st)	27%(17st)	25%(17st)

Hos de personer som angett stress under en längre sammanhängande period i det här fallet >7 dagar upplevde fler prestationsnedsättning än de som ej angett sådan stress. Mest stressade var sjukvårdsbiträden (tabell 3 ). För de som upplevde stress var det 2-5 gånger vanligare att rapportera prestationsnedsättning jämfört med de som ej upplevde stress.

Tabell 3. Prestationsnedsättning (%) beroende på upplevd Elostress eller ej. (stress mer än 7 dagar sammanhängande de senaste 12 månaderna).

	Ej stress	Elostress	Stress och sjukskriven
Sjuksköterskor	16%	36%	40%
Undersköterskor	16%	34%	53%
Sjukvårdsbiträden	8%	41%	44%

## Diskussion

Kan man på detta sätt mäta stress i enda fråga?

ELO stress: Har Du upplevt stress mer än 7 dagar sammanhängande den senaste 12 månadersperioden? Elo och medarbetare såg att denna stress fråga (ELO stress >7d/12mån) visade tillfredställande innehåll, kriterier och konstruktiv validitet för gruppanalyser (6). Det går därför att mäta stress i en enda fråga i denna typ av enkät undersökningar (6).

Med stress menas i detta avseende ett tillstånd då man känner sig spänd, rastlös, nervös eller orolig eller inte kan sova på natten eftersom man tänker på problem hela tiden.

Vad man såg var att de personer som svarat Ja på denna fråga dvs Elostress=1 i högre grad var prestationsnedsatta än de som svarat nej dvs elostress=0. Skillnaden var stor hos sjuksköterskor 16% jfr med 36% om man hade elostress=1. Siffrorna för undersköterskor var liknande 16% jfr 34% medan man hos sjukvårdsbiträden endast hade 8% som upplevde sig nedsatta om man hade elostress=0 men 41% om elostress=1. Andelen sjukskrivna var ännu högre men då var även ex besvär från rörelseapparaten inkluderade.

Mer än varannan sjuksköterska hade senaste tiden funderat över eller bestämt sig för att byta arbetsplats (4). Var fjärde hade också funderat på att byta yrke (4). Även i de två andra grupperna var detta vanligt: byta arbetsplats hade 48% av undersköterskorna och 40% av vårdbiträdena funderat på och att byta yrke 42 resp 34%. Inom den privata sektorn hade 39% funderat på eller bestämt sig för att byta arbetsplats. Det var något färre som funderat på att byta yrke (4).

Personalnedskärningar och omorganisationer ledande till ogynnsamma psykosociala förhållanden på många håll i arbetslivet har pekats ut som en viktig orsak. På frågan vad de anställda själva hade för förslag på åtgärder för att minska stress var just : ”Anställ mer personal” det vanligaste svaret (4). Vid SCB:s undersökning ”Arbetsorsakade besvär 2000” framkom att olika stressrelaterade symptom var vanligare bland förvärvsarbetande kvinnor i Västra Götaland jämfört med genomsnittet för kvinnor i övriga delen av landet.

Parallellt med ökningen av stress i samhället och därmed en kraftig ökning av sjukfrånvaron ses en ökning i antalet pat med sömnstörningar (5). Patienter som är långtidssjukskrivna för utbrändhet har en kraftigt störd sömn. Samtidigt vet man att endast en måttligt störd sömn ger liknande trötthet. Sömnen utgör en kraftfull återhämtningsmekanism som berör i stort sett alla biologiska och psykologiska funktioner i kroppen. Reducerad sömn leder till sänkt anabolism och ökad katabolism. I ett stressperspektiv leder kort/störd sömn till förhöjda kortisolnivåer, insulinintolerans och förhöjda lipidnivåer. Sömnen fungerar som stressens motsats och antagonist. Efter ett dygn utan sömn kan de flesta prestera nästan normalt under någon eller några minuter men redan efter 3-4 minuter i en monoton situation märks sömnbristen tydligt (5). Fragmentering av sömnen ger liknande resultat. Troligen är det därför så att personer som upplever sig stressade under en längre tid (>7 dagar ) har en ökad risk för sömnstörning och därför också riskerar att i förlängningen få betala med utbrändhet och sjukskrivning. Erbjudande av stresshanteringskurser i Företagshälsovårdens regi skulle kunna vara ett bland flera sätt att minska enskilt lidande och förbättra produktionen i sjukvården.

#### Slutsats

En stor andel, en fjärdedel av alla sjuksköterskor, undersköterskor samt sjukvårdsbiträden angav prestationsnedsättning pga besvär.

För de som upplevde stress var det 2-5 gånger vanligare att rapportera prestationsnedsättning jämfört med de som ej upplevde stress.



## Referenser

1. Ivarsson S. Stressrelaterade hälsoproblem ökar-vad hände under 90-talet? Läkartidningen 2004;101: 1084-88.
2. Baldo Zagadou C. Jobba lagom mål för storföretag. Läkartidningen 2004;101: 1360-61.
3. Personalfokus 2005 Västra Götalandsregionen.
4. Folkhälsokommittén Västra Götalandregionen. Folkhälsan i Västra Götaland 2002.Del 1 och 2. [www.vgregion.se/folkhalsa](http://www.vgregion.se/folkhalsa)
5. Åkerstedt T. Sömn som återhämtning efter stress. Läkartidningen 2004;101:1501-05.
6. Elo A-L, Leppänen A, Jahkola A. Validity of single-item measure of stress symptoms.Scand J Work Environ Health 2003;29:444-51.