

**FORSKARE:** Björn Karlson<sup>1,2</sup>, Peter Jönsson<sup>2</sup>,  
Birgitta Pålsson<sup>1,2</sup>, Birgitta Malmberg<sup>1,2</sup>,  
Kai Österberg<sup>1,2</sup>

**KLINIK/INSTITUTION:** <sup>1</sup>Arbets- och miljömedicin,  
Universitetssjukhuset i Lund, <sup>2</sup>Inst. för  
laboratoriemedicin, Lunds universitet

**E-POST:** bjorn.karlson@med.lu.se

# Nio av tio utmattade åter i jobb

Sjukskrivning för arbetsrelaterad stress- eller utmattningsreaktion kan bli mycket långvarig. Enbart behandling är ofta inte tillräckligt för att komma tillbaka i arbete, utan även förändringar på arbetsplatsen kan krävas. Vi utvärderade en nyutvecklade arbetsplatsintervention för att stimulera förändringar som underlättar arbetsåtergång.

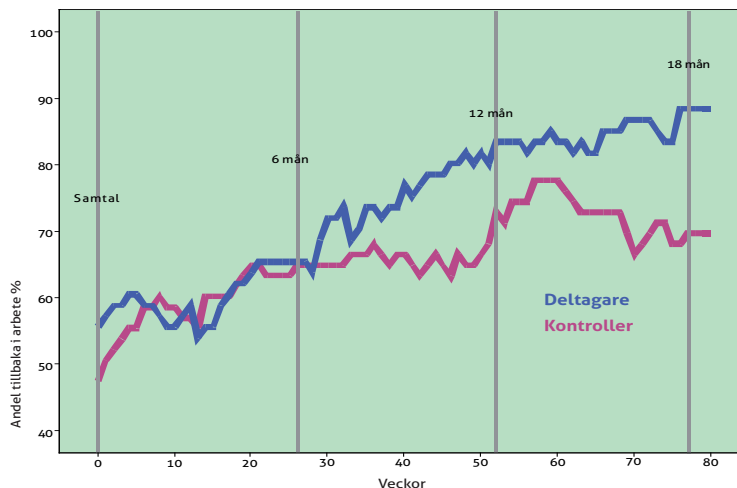
## Hur gjorde vi?

I samarbete med Försäkringskassan (FK) erbjöds en arbetsplatsintervention till samtliga nyinsjuknade i arbetsrelaterad stress med två till sex månaders sjukskrivning. Patienterna utreddes noggrant av läkare, psykolog och kurator. Vi frågade vad de tyckte behövde förändras för att kunna börja jobba igen, och besökte sedan arbetsplatsen för att fråga deras arbetsledare samma sak.

Interventionens kärna var ett möte där vi träffade patienten och arbetsledaren tillsammans på arbetsplatsen. Syftet var att få igång ett konstruktivt samtal dem emellan om förändringar i arbetssituationen som skulle underlätta för patienten att kunna börja jobba igen. Målet var att de skulle förstå och närma sig varandras syn på problemet och komma överens om lösningar.

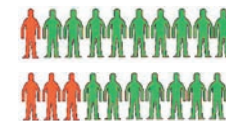
## Uppföljning av sjukskrivningar

Under 1,5 år följde vi förändringar av patienternas sjukskrivning och jämförde med en kontrollgrupp av personer som tackat nej till interventionen utan specifika skäl och som från början var lika mycket sjukskrivna som patienterna.



## Resultat

Antalet personer i interventionsgruppen som återgick i arbete minst halvtid ökade successivt tills dess att nära 90 % var tillbaka i jobb efter 1,5 år, jämfört med 70 % i kontrollgruppen (figuren till vänster).

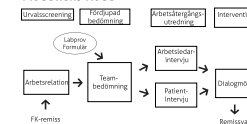


Lika många i båda grupperna jobbade då heltid. En viktig skillnad mellan grupperna var att tre av tio i kontrollgruppen efter 1,5 år fortfarande var helt sjukskrivna, medan bara en av tio var det bland patienterna, där många istället hade börjat jobba deltid.

## Slutsats

Personer sjukskrivna på grund av arbetsstress gavs en intervention som stimulerade förändringar i arbetssituationen. Vid uppföljning efter 1,5 år var en avsevärt lägre andel heltidssjukskrivna jämfört med en kontrollgrupp. Interventionen kan således antas minska risken för utslagning från arbetsmarknaden.

## Modellens flöde



Forskningens Dag 2009  
Förebygg sjukdom!  
– Framtidens möjlighet

Malmö – torsdag 3 november  
Lund – onsdag 4 november  
Vetenskapligt innehåll:  
Maria Albin, Yrkes- och miljömedicin  
Sven-Olof Isacson, Samhällsmedicin

# 08