användbart!

En kvartalstidskrift om arbetsmiljöforskning, 3/2016

Foto: Johan Gustafsson

Nynäshamns kommun ska försöka sänka sjukfrånvaron och minska den psykiska ohälsan.

Forskning till stöd för att minska hälsoklyftan

Nynäshamn hör till de kommuner i Stockholms län som har högst ohälsotal och störst bekymmer med höga belastningar i arbetet. Det visar arbetshälsorapporten från Centrum för arbets- och miljömedicin, CAMM. Nu satsar kommunen på att minska ohälsan med stöd av forskarna.

Tema: Arbets- och miljömedicin

Foto: John Siebert

Mer intressant läsning:

Så ska Nynäshamn lyfta hälsan i jobbet	*sid 3*
Klyftorna ökar av den ojämlika arbetsmiljön	*sid 7*
Högt buller kan skada ofödda barns hörsel	*sid 11*
Brett perspektiv ska öka kunskapen om osäkra jobb	*sid 12*

Användbart! och www.arbetsmiljöforskning.se – utges av Arbetslivsjournalisterna ek. för.

Med uppgift att förebygga ohälsa

I detta temanummer besöker vi Centrum för arbets- och miljömedicin i Stockholm, CAMM. Här arbetar runt 70 personer med att utveckla kunskap om arbetshälsa, arbetsmedicin, dermatologi och miljömedicin.

Forskare, sjuksköterskor, allergikonsulenter, läkare, ergonomer och sjukgymnaster samarbetar för att identifiera och förebygga risker i arbetsmiljön och i den yttre miljön.

Det handlar om att sprida och tillämpa resultat av forskning för att förbättra arbetsmiljö och folkhälsa i länet.

Kunskapen kommer från arbetsplatsbesök, arbete med patienter, från breda studier av folkhälsan och från egen forskning.

* * *

Den senaste arbetshälsorapporten från CAMM visade en överraskande stor hälsoklyfta mellan friska och sjuka områden i Stockholms län.

Nynäshamn och flera andra ytterområden hade höga ohälsotal och höga belastningar i arbetet. Låga siffror hittade man på platser som Danderyd och Lidingö. Med stöd av forskningen har Nynäshamns kommun bestämt sig för att satsa på att förbättra folkhälsan.

CAMM bedriver också egen forskning i samarbete med Karolinska Institutet för att fylla igen kunskapsluckorna. Ett exempel på detta är Theo Bodins forskning om osäkra, så kallade prekära jobb. En fråga i studien är vad ohälsan beror på, om det är osäkerheten i jobbet eller andra faktorer som spelar in.

Ett annat exempel är Jenny Selanders forskning om hörselskador hos barn. Den visar att barn riskerar att få hörselskador om mamman under graviditeten utsatts för starkt buller i sitt arbete.

* * *

Centrum för arbets- och miljömedicin utgör en unik kunskapskälla för att avhjälpa och förebygga risker i den yttre miljön och i arbetsmiljön i hela länet. Behovet av bättre arbetsmiljö och folkhälsa i Stockholm har ökat. Ändå hotas centret av nedskärningar. Under tre år måste det skäras ner med åtta procent om året.

Anna Holmgren

Innehåll nr 3/2016

Tema: Arbets- och miljömedicin

Så ska Nynäshamn lyfta hälsan i jobbet *sid 3*

Höga ohälsotal i Nynäshamn *sid 5*

Klyftorna ökar av den ojämlika arbetsmiljön *sid 7*

Högt buller kan skada ofödda barns hörsel *sid 11*

Brett perspektiv ska öka kunskapen om osäkra jobb *sid 12*

Med sikte på minskad belastning i hemtjänsten *sid 13*

Foto: Marcelo Moura

En kvartalstidskrift om arbetsmiljöforskning publicerad på www.arbetsmiljöforskning.se **Utgivare** Arbetslivsjournalisterna Högalidsgatan 35, 117 30, Stockholm www.arbetslivsjournalisterna.se

användbart!

Redaktion Anna Holmgren, chefredaktör, ana.holmgren@gmail.com, Eva Ekelöf, ansvarig utgivare, eva.ord@gmail.com, Roland Cox, Margareta Edling, Ragnhild Larsson, Bo Silfverberg
Layout Tango Media, Lars Ringberg

Så ska Nynäshamn lyfta hälsan i jobbet

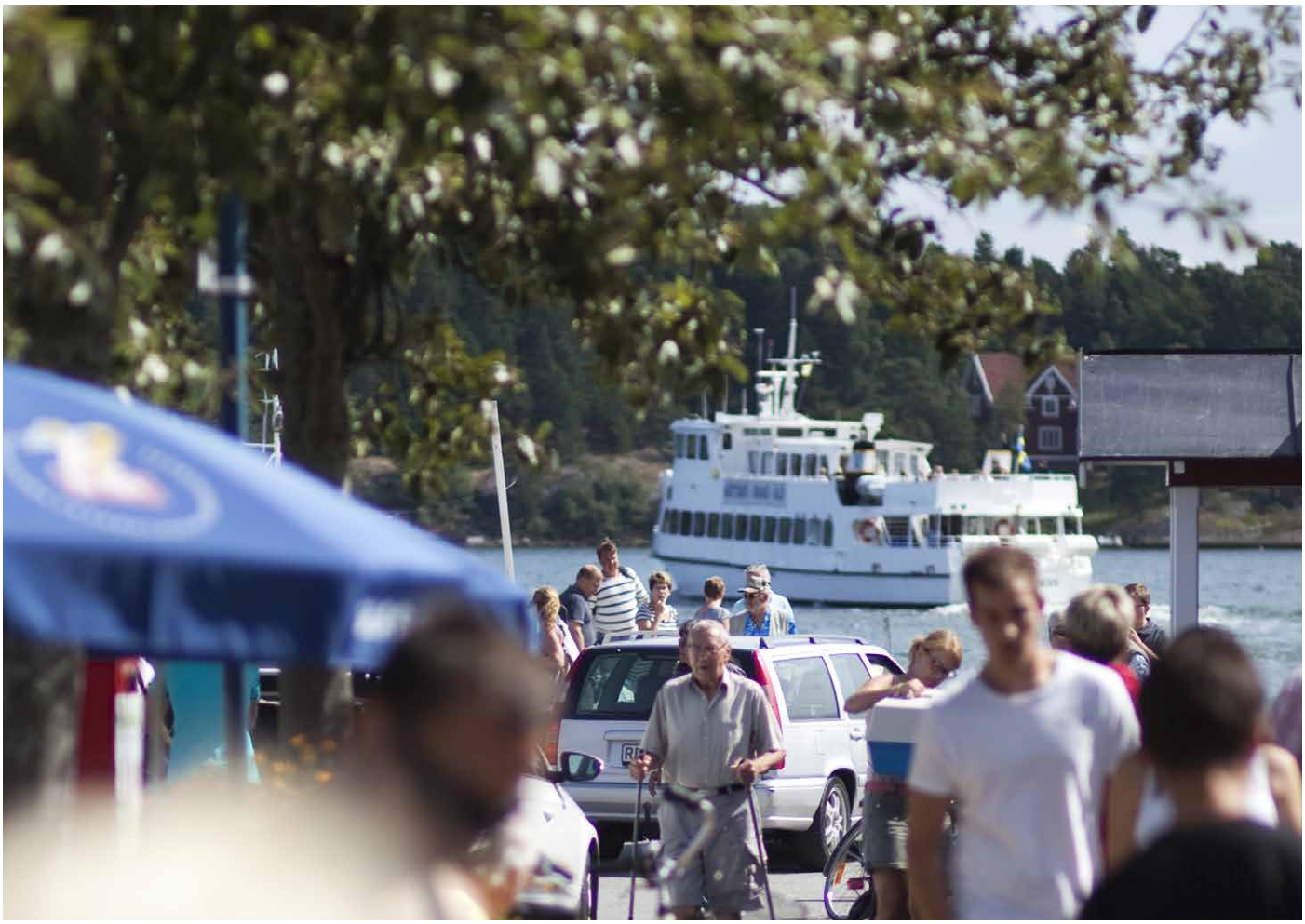

Foto: Johan Gustafsson

Bland de anställda i Nynäshamns kommun ligger den totala sjukfrånvaron högre än riksgenomsnittet. Nu startar projktet som ska höja hälsan.

”Jaget, laget och uppdraget” – så heter projektet som är tänkt att öka hälsan bland de anställda i Nynäshamns kommun. Där har en genomsnittlig heltidsanställd tre timmars sjukfrånvaro i veckan.

Projektet ska leda till en tydligare organisation, som i sin tur kan minska ohälsan, säger projektledare Linda Öhman.

Den senaste arbetshälsorapporten från Centrum för arbets- och miljömedicin visar att Nynäshamn hör till de delar av Stockholms län där invånarna utsätts för allra mest belastningar i arbetet och där sjukskrivningar är vanligast.

Men Nynäshamn satsar också för att minska problemen. Kommunen, som är den största arbetsgivaren, har startat ett projekt för att göra organisationen mer hälsosam. En bärande tanke är att hälsan kan förbättras med en större klarhet i vad ”jaget” och ”laget” ska göra och vad som behöver bollas högre upp i organisationen.

”Det handlar om att se vad som kan lösas direkt i laget.”

–Att jag vet vad jag ska göra på jobbet, vet vad min arbetsgrupp har för uppdrag och vad som gäller för hela organisationen, säger Linda Öhman som leder det treåriga projektet som under hösten kickar igång på allvar.

Projektet hade alltså redan inletts när det i våras utbröt något så ovanligt som en arbetsmiljödebatt i lokala Nynäshamns-Posten.

”Arbetsglädjen har försvunnit och arbetsbelastningen är för hög. Jag har blivit en bricka som cheferna tror

att de kan göra vad som helst med”, skrev en olycklig undersköterska. En anonym tjänsteman vittnade om ”misstro, hot, trakasserier och utfrysning”.

Skiljer sig inte från andra orter

Det var inte denna debatt som ledde till projektet, berättar Linda Öhman, som normalt jobbar med HR-frågor. Hon tror inte att Nynäshamn och kommunen som organisation skiljer sig så mycket från andra liknande småorter i landet.

– Mitt uppdrag är att försöka vända ökningen av sjukfrånvaron och att få ner den psykiska ohälsan. Det är mer stress i arbetslivet, mer stressrelaterade besvär, oro, ångest, sömnproblem, svårigheter att koncentrera sig. Det är trender som inte är unika för Nynäshamn, utan finns i samhället i stort, säger hon.

Psykiska diagnoser står för de flesta av de långa sjukfallen i landet, enligt Försäkringskassan. Den psykiska ohälsan har ökat även bland invånarna i Nynäshamn i flera år.

Det finns pengar att spara

Hos kommunen, som är största arbetsgivaren, låg den totala sjukfrånvaron 2014 på 7,6 procent, när riksgenomsnittet var 6,3. Enligt projektdirektiven som kommunstyrelsen klubbade kostar detta över 14 miljoner om året och då är inte vikariekostnader eller bortfall av produktion medräknat.

Det finns alltså pengar att spara. Dessutom vill kommunen stärka sig som attraktiv arbetsgivare.

Sex miljoner får projektet kosta, pengar som tas av folkhälsomedel. Kommunen har en så stor andel av de arbetande i Nynäshamn och kvaliteten i servicen påverkar dessutom stora delar av samhället, så att på sätt och vis är arbetsmiljöfrågan även en folkhälsofråga, anser kommunstyrelsen.

Pilot för hela landet

Pengarna ska gå till att utveckla en metod som kan sprida sig i hela kommunen och även utanför. Två förvaltningar ingår i pilotprojektet, en grundskola och hemtjänsten.

Projektet siktar in sig på otydliga arbetsbeskrivningar, att personer kan ha olika bilder av målet och olika förväntningar. Det här är saker som

Foto: Roland Cox

– Mitt uppdrag är att försöka vända ökningen av sjukfrånvaron och att få ner den psykiska ohälsan, säger Linda Öhman.

orsakar konflikter, bristande kvalitet, stress och känslor av otillräcklighet, menar Linda Öhman.

Arbetsgrupperna ska få jobba med sina vardagliga problem och utmaningar.

– Det handlar om att se vad som kan lösas direkt av laget och vad som behöver tas upp högre upp. Det kan gälla att hemtjänsten inte tycker sig hinna med bilrutterna, att det saknas cykelhjälmar, att lärare behöver mer stöd för att det är många elever i klasserna.

”På sätt och vis är arbetsmiljöfrågan även en folkhälsofråga.”

Uppdragsdialog löser knutar

Verktyget man ska använda kallas uppdragsdialog. Det har kommunen plockat upp från Stockholms universitet och det har provats i flera andra kommuner.

Det utgår från tanken att arbetsvillkoren bestäms redan när ett uppdrag formuleras. Med hjälp av uppdragsdialog ska anställda och chefer klara ut var knutarna finns och på vilken nivå i organisationen de ska lösas.

Metoden har beskrivits som ett sätt att flytta arbetsmiljöfrågorna från sidovagnen in i verksamheten.

Projektet i Nynäshamn blir en variant som ska omfatta alla trappsteg, från politikerna via ledare och chefer ner till arbetsgrupper och enskilda medarbetare.

– Det finns förebilder inom industrin, där man kan ha stormöte på morgnarna med chefer och medarbetare. Det som ska uppåt i organisationen ska tas vidare samma dag eller någon dag senare. Ett arbetsmiljöproblem får inte ta månader, säger Linda Öhman.

– Jag tror att en tydlig organisation gör att vi får ner sjukfrånvaron, säger hon.

I paketet ingår också nytt utbildningsmaterial, kurser för enskilda och grupper, chefsutveckling och coachning.

Fler chefer och anställda?

Uppdragsdialogerna kan mycket väl leda till ökad bemanning, menar Linda Öhman. Och ett parallellt projekt, ”Nära ledarskap”, ska särskilt titta på ledarfrågor. Aktuell forskning visar att kvinnodominerade branscher ofta har betydligt färre chefer än mansdominerade. Och att chefsunderskott bidrar till sämre arbetshälsa.

– Man kan inte ha 80 medarbetare på en chef. Satsningen som vi gör på dialog och utbildning är inte hela

medicinen, säger Linda Öhman.

Dialogerna kan bidra till bättre balans mellan krav och kontroll, mellan ansträngning och belöning, ambitioner och resurser, kvalitet och kvantitet. Allt sådant som forskningen visar är hälsoskapande. Så är tanken.

Linda Öhman tycker att projektets arbetssätt går väl i linje med OSA, den nya föreskriften från Arbetsmiljöverket om organisatorisk och social arbetsmiljö, och hand i hand med föreskriften om systematiskt arbetsmiljöarbete.

Tydliggöra uppdraget

Jenny Ohlsson är enhetschef för de cirka 120 anställda i hemtjänsten, med fyra gruppchefer under sig. Numera har man ett tak på 30 anställda per gruppchef. Tidigare kunde det vara ända upp till 70.

Hon berättar att sjuktalen är ”jättehöga”. I en av grupperna har det varit 19 procents sjukfrånvaro.

–Det är mycket som är stressrelaterat, men när vi får in läkarintyg står det sällan att det enbart beror på jobbet. Man kan ha det jobbigt hemma också.

Jenny Ohlsson har stora förhoppningar om att projektet ska tydliggöra uppdraget och hjälpa till att klara ut de krockar som uppstår när personalens arbetsscheman ska matchas mot brukarnas behov.

–Schemat är väl egentligen det vi diskuterar mest, och det är en orsak till stress, säger hon.

Projektet ska förhoppningsvis göra det klarare vad medarbetarna ska kunna påverka i sitt jobb, så att balansen mellan krav och kontroll blir bättre, menar hon.

–Det ska bli kul att jobba med det här. Jag ska få coachning också. Man kan känna sig ensam som chef, det är inte alltid man har någon att ta upp saker med, säger Jenny Ohlsson.

Foto: Roland Cox

Om projektet blir lyckat tänker man sprida metoderna till andra kommuner.

”Jaget, laget och uppdraget – en strategi för ett friskt arbetliv” startar i år och avslutas hösten 2018. Satsningen utvärderas av Centrum för arbets- och miljömedicin, CAMM.

”Dialogerna kan bidra till bättre balans mellan krav och kontroll.”

–Det projektet är viktigt för oss, säger Gun Johansson, epidemiolog på CAMM.

Outsinliga behov

I kontaktyrken inom vård, skola och omsorg finns ofta outsinliga behov, menar hon. Det blir tungt om det saknas en samsyn i organisationen och den anställda själv måste sätta gränserna.

–Det kan bli oerhört stressande. De flesta vill ju hjälpa, säger Gun Johansson.

Projektet hade redan dragit igång när CAMM kopplades in för att följa resultaten. De ska göra upprepade enkäter i Nynäshamn och följa sjuktalen.

–Vår roll är att vara en oberoende part som utvärderar projektet, säger Gun Johansson.

Hösten 2016 gör forskarna enkäter med de anställda på olika nivåer i kommunen och följer sedan upp med motsvarande frågor efter en tid.

Om projektet blir lyckosamt tänker man sprida metoderna till andra kommuner i länet och ut i landet.

Och kanske kan den insändarskrivande undersköterskan bli bönhörd:

”Rädda arbetsglädjen i kommunen! Gör någonting nu!”

Roland Cox

Höga ohälsotal i Nynäshamn

Den som arbetar i Nynäshamn är betydligt mer utsatt för buller, vätskor, vibrationer och stress än den som bor i Danderyd eller Lidingö.

En rapport om arbetshälsan i Stockholms län avslöjar en hälsoklyfta mellan friska och sjuka områden.

Gun Johansson, som sammanställt rapporten, blev förvånad över att den inte väckte mer uppmärksamhet i medierna när den presenterades tidigare i år.

–Vi tyckte själva att oj – är det så stora skillnader! Jag tycker att det är angeläget att visa att Stockholm inte är ett homogent län.

Gun Johansson arbetar på Centrum för arbets- och miljömedicin, CAMM, inom Stockholms läns landsting. Hon är epidemiolog och expert på hälsa på befolkningsnivå. Forskargruppen levererar sedan 1990 en större arbetshälsorapport vart fjärde år.

Forskarna har sorterat statistiken på olika ledder olika år, till exempel utifrån arbete kopplat till åldrar eller levnadsvanor.

Stora geografiska skillnader

I år valde de att titta på det geografiskt och upptäckte överraskande stora skillnader mellan de 26 kommunerna i länet, och mellan de 14

stadsdelarna i Stockholms stad.

När forskarna tidigare år jämförde med hela Sverige låg Stockholms län bland de lägsta i landet när det gäller ohälsa och exponering för arbetsmiljöproblem.

–De såg ut att vara väldigt bra här, men Stockholm består av olika populationer. Man talar mer och mer om att samhället håller på att dras isär, säger Gun Johansson som är redaktör för rapporten.

–Det finns ställen i Stockholm där man ligger långt under och platser där man ligger skyhögt över riksvärdena.

–Det finns orter i länet där människor är mer utsatta för buller i sitt arbete. Där kommer man med all sannolikhet att få mer hörselskador. Den insikten kan användas för att dimensionera resurserna i olika delar av länet, säger Gun Johansson.

Nynäshamn utmärker sig, i sällskap av ytterorter som Södertälje, Norrtälje och Botkyrka.

Mycket ”spänt arbete”

Nynäshamnsborna arbetar i hög utsträckning deltid och bland kvinnorna är tidsbegränsade anställningar dubbelt så vanliga som till exempel på Kungsholmen.

Mer än var tredje kvinna i Nynäshamn uppger att de har ett ”spänt arbete”, alltså höga krav i kombination med låg kontroll. För männen är det bättre, men fortfarande en bit över länssnittet.

Orten utmärker sig också i andel arbetande med fysiskt tungt arbete. Här jobbar var fjärde man med vibrerande handredskap under minst fyra timmar i veckan, mot en liten bråkdel i centrala Stockholm.

Var femte kvinna kommer ofta i kontakt med vatten i arbetet, vilket kan ge eksem. I Danderyd är den gruppen knappt mätbar.

I Nynäshamn utsätts de förvärvsarbetande i högre grad för buller i jobbet, det gäller både kvinnor och män.

Många sjukdagar

Det verkar följdriktigt att nynäsborna nästan toppar listan för sjukskrivningar, med knappt 20 sjukdagar under förra året. Motsvarande för Danderyd låg under 10 dagar.

Samband mellan arbetsmiljöpåverkan och ohälsa är förstås komplicerade. Hur ska siffrorna tolkas?

Foto: Roland Cox

–Man talar mer och mer om att samhället håller på att dras itu, säger Gun Johansson, redaktör för rapporten om hälsoklyftorna i Stockholms län.

Ålder spelar roll. Utbildningsnivån är lägre i Nynäshamn än i norra länet, vilket signalerar lägre socioekonomisk ställning och slår igenom i ohälsotalen.

Nynäshamn är dessutom en småstad och kanske mer lik andra småstäder i landet än storstadskommuner. Det handlar om en före detta bruksort som ännu har industrier men där kommunen är den största arbetsgivaren.

”De exponeringar vi tog med vet vi hänger ihop med ohälsa.”

Hälsoklyfta inom länet

En större andel jobbar följaktligen i vård, skola och omsorg. Det finns också en landsbygd med lantarbete och skogsarbete, mer ovanligt i Solna och Bromma.

Oavsett förklaring pekar rapporten på en hälsoklyfta inom länet, en fingervisning om var ohälsoriskerna är störst och var mest resurser borde sättas in. Om det kommer att ske är ytterst en fråga för landstingets politiker.

–Rapporten kanske inte förändrar världen, men den är ett beslutsunderlag bland andra. Alla de exponeringar vi tog med är sådana som vi forskare vet hänger ihop med ohälsa, säger Gun Johansson.

Hon hoppas att sammanställningen även kommer till nytta på andra håll. Arbetsgivarna kan bli mer uppmärksamma, företagshälsovården kan haka på, kanske fackförbund och skyddsombud.

–Primärvården är en viktig avnämare. Om läkaren vet att det finns många som är bullerutsatta här kan det vara rimligt att kolla vilket jobb en person har som söker för hörselproblem.

Gäller att få ut kunskapen

Och ”i den ideala världen” skulle primärvården kunna se till att upprätta kontakt med arbetsgivaren.

–Så att man inte bara får några tabletter och två veckors sjukskrivning och sedan kommer tillbaka till samma exponering, säger Gun Johansson.

–De flesta arbetsgivare vill om de kan, det är jag övertygad om. Det gäller att få ut kunskapen.

Roland Cox

Klyftorna ökar av den ojämlika arbetsmiljön

Foto: Marcelo Moura

När arbetets krav inte motsvarar arbetsförmågan riskerar man på sikt sjukskrivning. Så ser det ut för en stor andel av boende i vissa kommuner och stadsdelar.

Klyftorna i samhället går kors och tvärs genom arbetslivet och människors hälsa – och de fördjupas. Arbetsmiljön sprängs isär mellan dem som får det bättre och dem som får det sämre. De som behöver mest företagshälsovård får minst. De med lägst utbildning ökar inte sin livslängd i samma takt som de välutbildade.

–I dag ser vi en förstärkt social gradiering, skillnad, mellan de sociala grupperna, säger Maria Albin. Hon är professor vid Institutet för miljömedicin, Karolinska institutet, och överläkare och verksamhetschef för Centrum för arbets- och miljömedicin, CAMM, i Stockholm sedan ungefär ett halvår. En femtedel av sin arbetstid har hon kvar vid AMM i Lund, där hon var chef tidigare, för att avsluta pågående projekt.

”I dag ser vi en förstärkt gradiering mellan de sociala grupperna.”

Vart fjärde år gör CAMM en arbetshälsorapport. Den senaste visar sprickan som går rakt genom länet och stadsdelarna i Stockholm när det gäller de klassiska, tunga arbetshälsofrågorna.

Tungt arbete, buller, vibrationer, luftföroreningar, sådant finns det mer av i vissa delar av länet än i andra. Spänt arbete, som handlar om höga krav och lågt inflytande, sådant finns det mera av hos den kvinnliga delen av befolkningen än den manliga, i alla kommuner och stadsdelar i Stockholm, men mest hos de med kort utbildning.

–Det finns kommuner och stadsdelar där en tredjedel till en fjärdedel av de svarande i enkäten rapporterar att arbetets fysiska och mentala krav överstiger deras kapacitet. Det

kan vara så att arbetet är för belastande för alla, eller att individen och arbetet är felmatchade, säger Maria Albin.

Sprida resultat

I Arbetshälsorapporten länkas arbetsmiljön med forskning.

–Så gör vi också när vi tolkar resultatet. Vi vet till exempel från forskningen att om kraven på arbetsförmågan är för höga, får det konsekvenser för sjukskrivningarna.

Resultatet av enkäten sprids till kommuner, folkhälsoansvariga och politiker runt om i länet. För kommunerna gäller det att arbeta vidare med resultatet, till exempel genom att intensifiera samarbetet med primärvården, särskilt i områden där kraven i arbetet inte stämmer överens med arbetsförmågan.

Nynäshamns kommun är ett exempel. De har fått pris för bästa folkhälsoarbete. Men arbetshälsoenkäten visar på dåliga siffror i kommunen. Arbetsförmågan motsvarar många gånger inte kraven i arbetet.

–Nynäshamn har redan påbörjat ett projekt för alla de kvinnor som kommunen är arbetsgivare för. Det är väl grundat i den kunskap som finns. CAMM ska hjälpa till med att utvärdera det arbetet, säger hon.

Två problem

Ett problem i arbetshälsorapporten är att svarsfrekvensen är ojämn. Fler kvinnor och högutbildade svarar och fler äldre än yngre. Det försöker man rätta till genom att vikta samman svaren. Det andra problemet är att det inte finns frågor om hot och våld, tillgång till företagshälsovård och systematiskt arbetsmiljöarbete på arbetsplatsen.

Frågor om luftföroreningar på arbetet går inte att gradera, därtill behövs mätningar. Upplevelsen av sådana föroreningar avspeglar inte risken på ett tillförlitligt sätt.

Ljudlig varningssignal

Det mest anmärkningsvärda i arbetshälsoenkäten tycker Maria Albin är att en stor andel boende i vissa kommuner och stadsdelar upplever att deras arbetsförmåga inte motsvarar arbetets krav.

Det betyder på sikt förlorad arbetsförmåga och försämrade förhållanden för dem själva och deras familjer. Men också för arbetslivet och för samhället.

–Detta ger en ljudlig signal om att allt inte står rätt till. Det betyder att arbetet kräver för mycket eller att arbetet inte är anpassat till individen.

Foto: Eva Ekelöf

CAMM har fått nya lokaler i de byggnader som växer upp runt Karolinska institutet och Karolinska universitetssjukhuset i Stockholm.

Bita ihop och fortsätta

Att den fysiska arbetsförmågan inte motsvarar arbetets krav är generellt vanligare för dem med förgymnasial utbildning. Nedsatt fysisk arbetsförmåga finns inom yrkesgrupperna med tungt fysiskt arbete. Spänt arbete finns överallt och skär rakt igenom sociala skikt bland kvinnor i arbetslivet.

Bland yrkesgruppen städare visar både män och kvinnor en hög andel som anser att de mentala och fysiska kraven överstiger deras arbetsförmåga.

För köks- och restaurangpersonal anger mellan 30 och 40 procent av kvinnorna att arbetet kräver mer än de orkar mentalt och fysiskt. Bland männen upplever var fjärde fordonsförare och var femte byggnadsarbetare att arbetets fysiska krav är för höga. Lärare och sjuksköterskor ligger också högt.

–Vad gör den som inte orkar med sitt jobb? Biter ihop och fortsätter. En dag går det inte längre. Det är min erfarenhet som arbetsmedicinare, säger Maria Albin.

Arbetsförmågan bland olika åldersgrupper varierar hos unga och äldre. Bland kvinnorna är det en femtedel av de unga som säger att de mentala kraven överstiger deras arbetsförmåga.

–Upp i åldrarna slår de fysiska kraven igenom mer, särskilt tydligt bland män.

När det gäller den förväntade arbetsförmågan om två år tror var femte av de unga och de äldre att de inte kommer att klara av kraven i jobbet då.

”Många upplever att deras arbetsförmåga inte motsvarar kraven.”

–Arbetsmiljön går isär. För många blir arbetsförhållandena bättre och bättre, och för andra blir den sämre och sämre. De med kort utbildning är särskilt utsatta. Vi ser det också i omvärlden. Det är globaliseringen som slår igenom, där de enkla jobben konkurrerar på en global marknad, säger hon.

Företagshälsovård saknas

Det finns inga bra system för att följa hur arbetsmiljön utvecklas i Sverige.

–Sådana system finns på det yttre miljöområdet. Det skulle behövas en hälsorelaterad arbetsmiljöövervakning, ett gemensamt underlag inför stora strategiska samhällsbeslut.

Arbetsmiljöverkets undersökningar tittar till exempel inte på arbetsmiljön i relation till anställningsförhållanden och i de senaste undersökningarna

Foto: Eva Ekelöf

Maria Albin har blivit ny verksamhetsledare för CAMM, Centrum för arbets- och miljömedicin.

inte heller i relation till positionen på arbetsmarknaden.

Företagshälsovården kan vara en viktig länk mellan primärvården och arbetsplatsen, men den länken behöver förstärkas.

–Primärvården borde i större utsträckning bli medveten om när och hur man kontaktar företagshälsovården och företagshälsovårdens täckning måste förbättras. Den finns inte på de arbetsplatser där den bäst behövs.

Ökad sjukfrånvaro följden

Tillgång till företagshälsovård har minskat mest bland arbetare och mer bland kvinnor än bland män.

–I dag ser vi en förstärkt social gradient, skillnad, mellan de sociala grupperna. De som behöver mest får minst.

–Då är det självklart att man ser resultat i ökad sjukfrånvaro och ökad utstötning från arbetsmarknaden för sårbara grupper, säger Maria Albin.

Det finns också en fördjupad klyfta i folkhälsan i Sverige. Mellan åren 2000 och 2015 har den förväntade återstående genomsnittliga livslängden från det att en person är 30 år ökat från 81,1 år till 81,4 år för kvinnor utan eftergymnasial utbildning, totalt 0,3 år. Men för kvinnor med eftergymnasial utbildning har livslängden ökat från 85,2 till 86,8 under samma period, det vill säga med hela 1,6 år.

–Det finns liknande resultat för män, men särskilt kvinnor med kort utbildning släpar efter. I den högutbildade gruppen är bilden för män mer homogen, medan spridningen är större bland kvinnorna.

”Vi behöver ett närmare samarbete med vårdcentralerna.”

Mer samarbete

Det är främst patienter från primärvården och företagshälsovården som remitteras till CAMM, bland annat till Hudallergimottagningen. Andra besvär handlar om inomhusmiljön, hemma eller på arbetsplatsen, vibrationsskador, belastningsskador och psykosociala problem.

CAMM:s patienter kommer ofta från arbetsplatser där arbetsmiljön är eftersatt.

När arbetsmedicin gör besök på patienternas arbetsplatser för att undersöka arbetsmiljön, minskar exponeringen inte bara för personen som remitterats till kliniken, utan också för de andra som arbetar där. Det kan gälla till exempel vibrationsskador.

–Arbetsplatsbesök ger ett stort genomslag men det är också en resursfråga. Vi behöver ett närmare samarbete med vårdcentralerna och behöver utveckla enkla verktyg som allmänläkarna kan använda, säger Maria Albin.

Allmänläkarna kan till exempel ta kontakt med företagshälsovården när de upptäcker att arbetets krav överstiger patientens förmåga.

Nyttiggöra kunskaper

Ibland slår CAMM larm till Arbetsmiljöverket efter ett arbetsplatsbesök. Det gällde till exempel problemen för dem som arbetade med ögonfransförlängning. De problemen var okända då, men upptäcktes när fler fick eksem och astma.

–Vi måste arbeta så att vi hjälper arbetsplatser som vill göra rätt för sig och eliminera arbetsförhållanden som innebär oacceptabla risker. Man ska inte konkurrera med dålig arbetsmiljö.

Grundläggande för framtiden är att den kunskap som finns kommer till nytta, anser hon. Det är vik-

tigt både ur arbetsplatsperspektiv, folkhälsoperspektiv och ur samhällets perspektiv. Behoven är stora och det är viktigt att fånga upp nya risker.

–Preventiva insatser i arbetslivet är en viktig del för att förebygga ohälsa och minska de systematiska skillnaderna i hälsa, säger Maria Albin

Samarbete med KI

Personalen vid CAMM medverkar i forskning som finansieras av externa bidrag, i huvudsak från Forte och AFA Försäkring. Då samarbetar man nära med Institutet för miljömedicin vid Karolinska institutet eller med högskolor och universitet runt om i Sverige.

–Vi inom landstinget får tillgång till den stora kompetens som finns i forskningsmiljöerna och vice versa. Vi ser kunskapsluckorna och nya forskningsområden och skapar projekt tillsammans.

Olycklig utveckling

CAMM har fått neddragen budget i år och står inför nedskärningar också 2017 och 2018.

–Vår verksamhet är inte en kostnad utan en investering för framtiden, anser vi. Vi har försökt hålla kvar samma verksamhet, men det håller inte med nya besparingar. Nu måste vi börja stryka verksamheter, tror Maria Albin.

En verksamhet som är hotad är att nyttiggöra kunskapen. Resursen företagshälsovård har minskat och det preventiva uppdraget har i stor utsträckning försvunnit samtidigt som utbildningen för företagshälsan stagnerat.

–I dag ser vi att mottagarsidan har försvagats. Det finns färre som kan ta emot kunskap om nya metoder för primärprevention, till exempel inom företagshälsovården. Där finns en lucka. Det finns också en lucka i kommunikationen från forskningsresultatet till hur kunskapen kan användas ute på arbetsplatserna.

Foto: Alexander Setter

Spänt arbete finns i alla kommuner och stadsdelar i Stockholm, men mest hos dem med kort utbildning.

När kunskapen inte blir tillgänglig för arbetsplatserna blir resultatet onödig sjuklighet och förlust av människors förmåga att kunna försörja sig själva.

Det finns också mindre pengar till arbetsplatsnära forskning, eftersom forskningsrådet Forte i mindre grad

”Det finns mindre pengar till arbetsplatsnära forskning.”

finansierar sådan forskning jämfört med när Rådet för arbetslivsforskning fanns.

–Allt detta är olyckligt, säger hon.

Inte orka med

Det gäller att stänga igen de kunskapsluckor som finns.

–Forskningen är global. Vi forskar på de områden där vi har bättre förutsättningar än andra. Jag tillhör en forskargrupp på KI och vi samarbetar med andra universitet och högskolor, både i Sverige, inom EU och utom EU.

Maria Albin forskar nu inom området hållbart arbetsliv för alla åldrar. Hon undersöker arbetslivet i ett livsloppsperspektiv, medan andra medarbetare tittar på tidsbegränsade anställningar och andra icke-ordinära arbeten.

–När man förändrar pensionsvillkoren så att alla måste jobba till 67 år för att få full pension blir det inga problem för dem som har goda arbetsförhållanden. Men de som av ekonomiska skäl ser sig tvingade att vara kvar i ett arbete man inte riktigt orkar med blir sjuka. Då ökar de sociala skillnaderna i hälsa, för sådant påverkar hälsan negativt.

Många kvinnor arbetar oregelbunden arbetstid. Då blir återhämtningen än viktigare när man blir äldre.

Byta jobb

Arbetsplatserna måste göra åldersmedvetna riskbedömningar som del i det systematiska arbetsmiljöarbetet och planera inför framtiden.

Det är inte ett individuellt problem. En del arbetsuppgifter är för tunga för personer med normalt åldrande som är över 60 år.

–Den som har ett fysiskt tungt arbete behöver kanske växla över till något annat för att inte bli utsliten med åren, säger Maria Albin.

Eva Ekelöf

Arbetshälsorapporten

■ Vart fjärde år sedan 1990 gör CAMM en folkhälsoenkät i länet. Frågorna i enkäten är baserade på forskningsresultat.

■ Svaren resulterar inte bara i en folkhälsorapport, utan också i en arbetshälsorapport som visar hur arbetsmiljön ser ut om man frågar invånarna i länet själva.

Centrum för arbets-och miljömedicin

Arbetshälsorapporten

Hälsans ojämlika fördelning, SOU 2016:55

Högt buller kan skada ofödda barns hörsel

När gravida kvinnor arbetar i mycket bullriga miljöer ökar risken för hörselskador hos barnet, visar Jenny Selanders forskning. Studien omfattar över en miljon barn under tjugo års tid.

Tidigare har man trott att foster är ganska väl skyddade från yttre ljud under mammans graviditet. Nyare forskning har dock visat att buller, till exempel från arbetsmiljön, leds vidare till fostret.

Det gäller särskilt lågfrekvent buller, från bland annat motorer, pumpar och kompressorer.

Tydligt samband

Jenny Selander, medicine doktor och forskarassistent arbetar tillsammans med bland andra Per Gustavsson, professor och överläkare. De har nu kunnat slå fast att det finns ett tydligt samband mellan hörselskador hos barnet och att mamman varit utsatt för kraftigt buller i arbetet. Forskarna är verksamma vid Centrum för arbets- och miljömedicin, Stockholms läns landsting och Institutet för miljömedicin, Karolinska institutet.

Foto: Privat

Jenny Selander

– Det kändes viktigt att göra den här studien, eftersom det finns ganska lite forskning om buller och graviditet tidigare. Därför kan det vara svårt att ge råd till blivande mödrar, säger Jenny Selander.

Studien, som stöds av Forte, omfattar ett jättematerial – 1,4 miljoner barn födda i Sverige mellan åren 1986 och 2008. Uppgifterna hämtades från register hos Socialstyrelsen, Statistiska centralbyrån och Försäkringskassan.

Foto: Melbia, Freeimages

Studien av hur buller i arbetsmiljön kan påverka foster omfattar 1,4 miljoner barn.

Den vägen fick forskarna en bild av barnets hälsa och mammans yrke. De kunde också se om hon hade varit på arbetet under graviditeten.

> *”En procent av barnen behövde utredas av specialistläkare.”*

Utifrån yrkesuppgifterna delade de in bullernivån i tre klasser: lågt buller (under 75dBA), medelhögt buller (75-84 dBA) och högt buller (85 dBA eller över). Omkring 6 000 kvinnor hade under sin graviditet arbetat i yrken där bullernivån är hög. 290 000 hade arbetat i yrken med medelhög bullerexponering.

Ungefär en procent av barnen hade så allvarliga hörselskador att de behövde utredas av specialistläkare.

När mamman under graviditeten hade arbetat heltid i en bullrig miljö (85 dBA eller över) var risken för hörselskador hos barnet 80 procent högre än om mamman hade jobbat på en arbetsplats med låg bullernivå (under 75 dBA). Ökningen kan inte förklaras av skillnader i mammornas rökvanor, ålder, utbildning eller liknande.

– Det finns ett tydligt samband mellan hörselskador och om mamman arbetade heltid i en mycket bullrig miljö, säger Jenny Selander. Hörselskydd är bra för mamman, men ljud verkar gå rätt in till barnet.

Vissa branscher

De gravida kvinnor som utsattes för riktigt höga ljudnivåer arbetade i vissa industriarbeten, med styckning av kött eller inom kulturen som konsertmusiker.

De effekter som forskarna såg, gällde mycket höga ljudnivåer (85 dBA eller över), betonar hon. Arbetsmiljöverkets föreskrifter säger att arbetsgivaren ska göra särskilda insatser om bullernivån ligger på i genomsnitt 80 dBA under arbetsdagen.

– Följer man föreskrifterna är man skyddad, med den kunskap vi har i dag. Men många exponeras tyvärr för mer än så, säger Jenny Selander.

Risken med starkt buller under graviditet handlar inte enbart om hörselskador.

Forskarna tittar också på om det buller som den blivande mamman utsätts för kan påverka barnets födelsevikt eller tillväxt. De resultaten kommer troligen att publiceras i början av 2017.

Margareta Edling

Regler för buller

■ Arbetsmiljöverkets föreskrifter (AFS 2005:16) innehåller gränsvärden för buller, som inte får överskridas och även så kallade insatsvärden. Om de uppnås eller överskrids måste arbetsgivaren göra vissa specifika insatser.

■ För gravida och ammande arbetstagare ska arbetsgivaren riskbedöma arbetet individuellt, så snart den anställda berättar att hon är gravid (AFS 2007:5).

Brett perspektiv ska öka kunskapen om osäkra jobb

Många människor har osäkra jobb i dag. Löper de större risk att bli sjuka? Vad beror det i så fall på – oro för pengar, sämre arbetsmiljö eller flera faktorer tillsammans?

Sådana frågor ska Theo Bodin och hans forskarkolleger försöka ge svar på.

Från tidigare forskning är det känt att personer som har tillfälliga anställningar oftare än andra beskriver sin hälsa som dålig. De löper ökad risk att få fysiska och psykiska besvär och är också mindre nöjda med sitt arbete har studier visat.

I ett nystartat projekt ska Theo Bodin undersöka hur osäkra anställningar påverkar arbetstagarnas fysiska och psykiska hälsa.

Theo Bodin är läkare, medicine doktor och forskare i arbets- och miljömedicin vid Karolinska institutet och CAMM. Studien är ett samarbete mellan Karolinska institutet, Lunds universitet, Universitat Pampeu Fabra i Barcelona och Universidad Católica de Chile i Santiago de Chile.

För att få en bild av osäkerhet i arbetslivet är det för trubbigt att bara titta på hur anställningskontraktet ser ut, menar Theo Bodin.

Han använder uttrycket ”prekära arbeten”, vilket ska ringa in flera aspekter av arbetsvillkoren. Definitionen är inte färdig, men den inkluderar bland annat även hur trygg inkomsten är, vilka formella rättigheter arbetstagarna har, om de faktiskt kan utnyttja sina rättigheter och om de blir diskriminerade eller på annat sätt dåligt behandlade.

”Det finns ganska lite kunskap om människor med osäkra jobb.”

Psykosocial stress

– Det finns forskning som tittar på de här sakerna var för sig, men vi behöver ha en multidimensionell syn, säger Theo Bodin. Då kommer vi närmare svaret på frågan om hur arbetets villkor påverkar både de risker vi exponeras för och vår hälsa.

Två personer som på pappret har samma typ av anställning och arbetar i samma fysiska miljö kan ändå ha mycket olika arbetsvillkor, fortsätter han. Det handlar till exempel om ifall de ingår i företagets egen organisation eller är anställda i ett inhyrt företag, vilken lön de har, hur arbetsmiljöarbetet ser ut, vilket arbetstempo de förväntas hålla, om det finns fackliga företrädare och vilken syn på sjukfrånvaro som råder.

– En grupp kan vara mer utsatt för psykosocial stress, om de måste jobba fortare, har sämre utbildning, inte räknas som en del av företaget och har sämre inkomsttrygghet till exempel.

– De här dimensionerna måste man också plocka in, eftersom de sannolikt påverkar hälsan.

Grupper ska jämföras

I den svenska studien, som finansieras av Forte och ska pågå 2016–2018, ska mellan 500 och 1 000 stockholmare med perkära arbeten svara på en webbenkät om arbete och hälsa. Forskarna vill bygga upp en grupp av personer som de sedan kan följa

under längre tid. De ska jämföras med en grupp som har säkrare anställningar.

Det är vanligt att forskare har svårt att komma i kontakt med personer som befinner sig i utsatta situationer. De kan sakna mobilabonnemang och bor kanske inte på den adress där de är skrivna. Ofta har de låg tilltro till myndigheter och institutioner. De är helt enkelt inte särskilt motiverade att svara på frågor från forskare.

För att nå dem som har osäkra villkor ska Theo Bodin och hans kollegor använda en metod som – något förenklat – innebär att personer med prekära arbeten får rekrytera andra i motsvarande situation, så att det skapas kedjor av deltagare. Forskarna behandlar sedan urvalet, så att det blir så representativt som möjligt.

– Om vi skickade ut en vanlig enkät till prekärt anställda, skulle vi bara få svar av kanske tio procent. En sådan kan du bara kasta i papperskorgen. Då är det bättre att pröva något nytt, säger han.

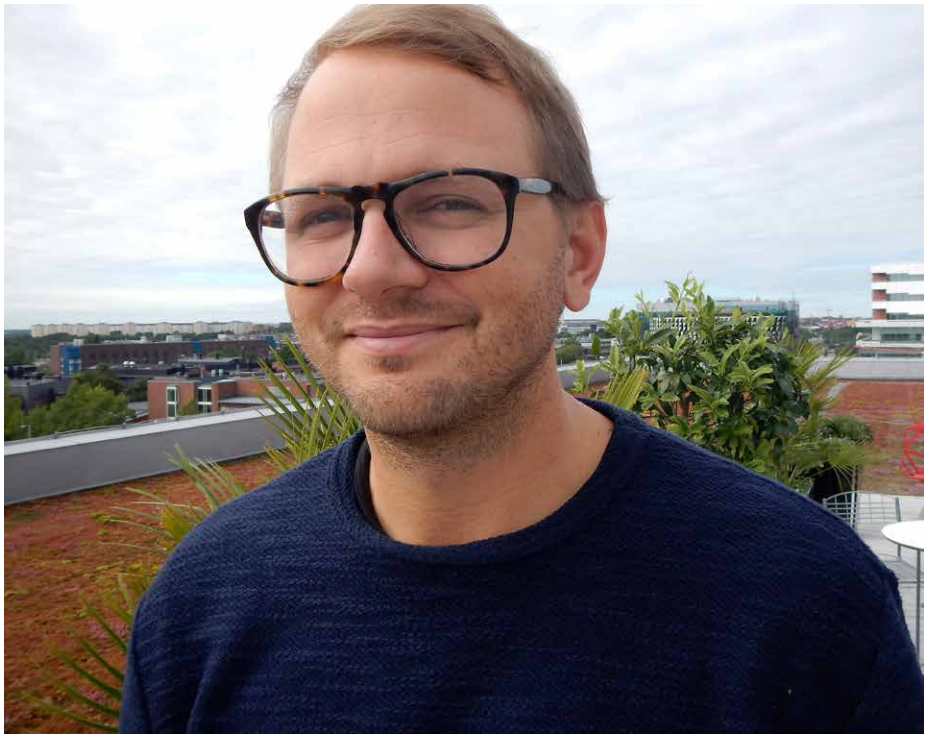

Foto: Margareta Edling

Oron för pengar kan vara en faktor som påverkar hälsan för personer med osäkra anställningar, menar forskaren Theo Bodin.

Orsak och verkan

Han hoppas att studien ska öka kunskapen, dels om hur anställda med osäkra anställningar mår, dels om sambanden mellan arbetsvillkoren och hälsan. Hur vanligt är det till exempel med mental ohälsa bland personer i prekära situationer i arbetslivet? Det finns det inte mycket kunskap om i dag.

– Vi vet inte heller åt vilket håll orsakssambanden går. Är det så att folk som har dålig hälsa selekteras ner i de sämsta arbetena? Eller är det de dåliga arbetsvillkoren som skapar ohälsa? De svaren har vi kanske om tre-fyra år, säger Theo Bodin.

Margareta Edling

Sammanfattning av Theo Bodins projekt på engelska

Theo Bodins blogg om osäkra anställningar

Osäkra anställningar

■ Drygt 16 procent av alla anställda i Sverige har tidsbegränsad anställning, visar SCB:s arbetskraftsundersökning (AKU 2015). Andelen har ökat med någon procentenhet de senaste tio åren och varierar stort mellan olika branscher. Det är vanligare att kvinnor är anställda för en viss tid än att män är det. Andelen visstidsanställda är avsevärt högre bland ungdomar än bland äldre.

■ På senare år har även andra slags icketypiska arbetsvillkor dykt upp. Man kan till exempel ha en anställning i botten, men bara få arbete då arbetsgivaren behöver det. En del arbetstagare kallas in per sms. I vissa branscher finns många ”ofrivilliga egenföretagare”.
I stället för att ha egen personal lägger företag ut arbete på underleverantörer, frilansar eller konsulter. Dessa har F-skatt, men skulle i många fall hellre ha varit anställda. Det här är vanligt till exempel inom mediebranschen.

■ Omkring 1,5 procent av alla sysselsatta i Sverige arbetar i bemanningsföretag, enligt branschens egna uppgifter. Arbetstagare med icketypiska arbetsvillkor finns nu också i kärnan av många verksamheter, inte som tidigare bara i utkanten.

Med sikte på riktlinjer för belastning i hemtjänsten

Hur ser den fysiska och psykiska arbetsbelastningen ut för dem som arbetar i hemtjänsten? Vilka samband finns mellan arbetsmiljö och hälsa?

Det studerar en forskargrupp ledd av Mikael Forsman, KI och CAMM, med anslag från AFA Försäkring. Projektet ska pågå i tre år och inkluderar 600 arbetstagare i hemtjänsten.

Forskarna ska bland annat mäta personalens fysiska belastning under arbetsdagen med hjälp av ett särskilt instrument som tejpas fast på kroppen.

Tanken är att projektet ska mynna ut i riktlinjer för långsiktigt hållbara arbetsförhållanden i hemtjänsten, som forskarna ska ta fram i samarbete med branschen.