

# Sykefravær og subjektive helseplager

*I avhandlingen ble subjektive helseplager, livskvalitet og arbeidsmiljø undersøkt hos arbeidstakere ved to sykehjem.*

**PUBLISERT 5. januar 2008**

---

**TORILL HELENE TVEITO**



forsvarte 6. februar 2007 sin avhandling *Sick leave and subjective health complaints* for Ph.d.-graden ved Universitetet i Bergen.

Uspesifikke subjektive helseplager er vanlige plager uten kjent patologi, eller hvor de patologiske funnene er mindre enn forventet, og inkluderer muskelskjelettplager, tretthet, søvnproblemer og mage-tarmplager.

Undersøkelsen viste at de som hadde lav livskvalitet, også hadde mye subjektive helseplager. Arbeidstakere med lav livskvalitet rapporterte høye jobbkrav og lav mestring, mens de med høy livskvalitet rapporterte lave jobbkrav og høy mestring.

Muskelskjelettplager er årsak til nesten halvparten av sykefraværet, med ryggplager som den vanligste diagnosen. En systematisk litteraturgjennomgang av arbeidsplass tiltak rettet mot ryggplager viste at fysisk trening og omfattende tverrfaglige tiltak var de eneste tiltakene med effekt på sykefravær, kostnader og forebygging av nye ryggepisoder. Arbeidstakere ved ett av sykehjemmene ble derfor invitert til å delta i et program med trening, helseinformasjon og stressmestring i et randomisert, kontrollert forsøk. Tiltaket hadde ikke effekt på sykefravær eller

subjektive helseplager. Tiltaksgruppen rapporterte imidlertid bedre helse, bedre fysisk form og en bedre arbeidssituasjon som et resultat av tiltaket.

For å forstå mer om sammenhengen mellom sykefravær og helse ble det gjort en kartlegging av 2435 arbeidstakere i energibransjen. De aller fleste arbeidstakerne var på jobb hver dag, men 10 % av arbeidstakerne hadde et gjennomsnittlig sykefravær på 44 dager siste halvår (82 % av det totale sykefraværet), mens 90 % bare hadde én dag sykefravær. Arbeidstakerne med høyt sykefravær rapporterte mye subjektive helseplager, lav sosioøkonomisk status og mange risikofaktorer for dårlig helse.

En liten gruppe arbeidstakere hadde mesteparten av sykefraværet. Rettes tiltak mot alle ansatte i en bedrift, blir potensialet for reduksjon av sykefravær lite. Dette kan forklare hvorfor så få av sykefraværstiltakene har effekt. Fremtidige sykefraværstiltak bør derfor rettes mot risikogrupper.

Kontakt [Torill.Tveito@psych.uib.no](mailto:Torill.Tveito@psych.uib.no)

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 45, nummer 1, 2008, side*