



**ArbetsplatsDialog för Arbetsåtergång
(ADA) – en metod för att underlätta
återgång i arbete för patienter
sjukskrivna för utmattning**

**Björn Karlson
Peter Jönsson
Birgitta Pålsson
Gunnel Åbjörnsson
Birgitta Malmberg
Britt Larsson
Kai Österberg**

Bakgrund

Sjukskrivning p.g.a. stressrelaterad psykisk ohälsa eskalerade snabbt från mitten av 90-talet. Sjukskrivningsperioderna blev i många fall mycket långvariga och ledde inte sällan till utslagning från arbetsmarknaden. Det fanns i början av 2000-talet en påtaglig brist på etablerade och utvärderade modeller för behandling och arbetsrehabilitering vid stressrelaterad psykisk ohälsa.

Arbetsrelaterad utmattning hade föreslagits vara en följd av lång tids bristande överensstämmelse ("mismatch") mellan en persons förmåga eller förväntningar och arbetets karakteristiska. Denna mismatch kan mycket väl kvarstå när en person ur hälsosynpunkt är redo att återgå i arbete, och därigenom utgöra en fortsatt stressor eller belastning. Det kan därför finnas goda skäl att överväga förändringar i arbetssituationen för att underlätta återgången i arbete.

En enkel men strukturerad metod utvecklades för att inter文enera gentemot arbetsplatsen i syfte att åstadkomma förändringar som kunde underlätta arbetsåtergång.

Syfte

Syftet med studien var att utvärdera effekten av denna nyutvecklade arbetsplatsintervention på arbetsåtergång hos patienter sjukskrivna för utmattning. Interventionen syftade till att minska ovan beskrivna mismatch genom en dialog mellan patienten och dennes närmsta arbetsledare.

Metod

Deltagare

Personer som tidigare varit väsentligen friska men nyligen blivit sjukskrivna p.g.a. arbetsrelaterad utmattning bjöds in att delta i projektet. Patienterna involverades successivt under cirka tre år (2004-2006). Av dem som genomgick hela interventionsprogrammet inkluderades 74 personer (27-62 år, 78% kvinnor) som jämfördes med lika många kontrollpersoner (22-63 år, 75% kvinnor), matchade utifrån kön, ålder, samt längd och omfattning av sjukskrivning vid tidpunkten för interventionen (se nedan).

Interventionsprocedur

Patienterna genomgick en intervju för att säkerställa att sjukskrivningen var arbetsrelaterad, varpå en heldags klinisk undersökning av specialistläkare, psykolog och socionom följde, som avslutades med en intervju om vad som skulle behöva förändras för att underlätta arbetsåtergång.

Arbetsledaren besöktes därefter på arbetsplatsen av en teammedlem för att intervjuas om samma sak. Interventionen bestod därefter i ett möte på arbetsplatsen mellan arbetsledare och patient, lett av två teammedlemmar. Syftet var att initiera en dialog mellan parterna för att definiera och komma överens om förändringar och en plan för arbetsåtergång.

Resultat

Gruppernas sjukskrivning följdes prospektivt under 1,5 år genom Försäkringskassans registerdata. I interventionsgruppen ökade andelen som återgick i arbete närmast linjärt till 89% vid uppföljningstidens slut, 80 veckor efter interventionen, jämfört med 73% i kontrollgruppen. Drygt 60% hade då i båda grupperna återgått i arbete på heltid, medan fler i interventionsgruppen hade återgått på deltid, något som knappt förekom i kontrollgruppen, vilka istället var helt sjukskrivna.

Slutsatser

En arbetsplatsintervention för personer sjukskrivna pga. arbetsrelaterad stress eller utmattning stimulerade förändringar i arbetsituationen, gynnade arbetsåtergång och minskade risken för utslagning från arbetsmarknaden.

Spridning av resultat

Resultaten har publicerats vetenskapligt i "open access"-tidskriften BMC Public Health (Karlson et al. 2010). Mer populärvetenskapliga publikationer gjordes underhand medan studien pågick i AMM:s Bulletin och nyligen i Läkartidningen. Metoden och resultaten har även presenterats på en rad nationella och internationella konferenser, liksom på utbildningsdagar främst inom Södra sjukvårdsregionen och Västra Götalandsregionen. Ett antal hela utbildningsdagar har arrangerats inom Södra sjukvårdsregionen för verksamheter inom företagshälsovården. Metoden ingår som en del i programstöden från FAS och AFA vilka syftar till att utveckla, anpassa och implementera forskningsmetoder som användbara verktyg inom främst företagshälsovård (fhvmetodik.se). Metoden rekommenderas även som modell för arbetsplatsinterventioner i Rehabiliteringsrådets slutbetänkande (SOU 2011:15, p. 55).

Studiens nytta för befolkningen

Såsom varande en av få internationellt publicerade utvärderingar av rehabiliteringsmetoder vid stressrelaterad psykisk ohälsa har studien väckt mycket uppmärksamhet såväl nationellt som internationellt. Att den dessutom ingår i projektet fhvmetodik.se och rekommenderas i rehabiliteringsutredningen bidrar ytterligare till dess genomslag. Detta torde påverka inriktningen på rehabiliteringsinsatser till att inte enbart fokusera på individinriktade åtgärder utan att även på ett aktivt och konstruktivt sätt involvera arbetsplatsens förändringspotential i processen. Möjligtvis kommer modellen inte alltid att tillämpas exakt på samma sätt som i studien utan kan komma att anpassas utifrån förändringar i omvärlden och förutsättningarna i enskilda verksamheter inom företagshälsovården. I den mån metodens kärna tillämpas, torde den bidra till en förståelse för att en långsiktigt hållbar arbetsåtergång kan ta tid men ändå kan komma att uppnås, och till att minska risken för utslagning från arbetsmarknaden.

Referenser

Vetenskapligt originalarbete

Karlson B, Jönsson P, Pålsson B, Åbjörnsson G, Malmberg B, Larsson B, Österberg K. Return-to-work after a workplace-oriented intervention for patients on sick-leave for burnout – a prospective controlled study. BMC Public Health 2010;10:301.

Övriga publikationer

Karlson B. Arbetsplatsinriktad utredning och intervention vid stress och utmattning. Bulletin 2005;23(3).

Karlson B, Pålsson B, Åbjörnsson G. Arbetsplatsbedömning – nödvändig vid sjukskrivning för utmattningssyndrom. Bulletin 2007;25(1).

Karlson B, Pålsson B, Åbjörnsson G. Arbetsplatsintervention vid utmattning – några exempel. Bulletin 2007;25(4).

Österberg K. Utveckling av interventionsmodell för snabbare återgång i arbete vid stressrelaterad sjukskrivning. I: Öhlin, A-K (red.), Psykiatri i Skåne och Södra Sjukvårdsregionen - pågående forskningsprojekt, s 44-49. Lund: Region Skåne, Enheten för forskning och utveckling, 2008 (ISBN:978-91-7261-148-1).

Sandahl C & Karlson B. Arbetsplatsen – fokus för interventioner vid utbrändhet. Läkartidningen 2011;108(36):1696-1699.

Urval av presentationer vid konferenser mm

Karlson B, Jönsson P, Pålsson B, Åbjörnsson G, Malmberg B, Larsson B, Österberg K. Utmattade åter i arbete efter arbetsplatsintervention. Svenska Läkarsällskapets Riksstämma 2009.

Karlson B, Jönsson P, Pålsson B, Åbjörnsson G, Malmberg B, Österberg K. Return-to-work after a work site oriented intervention among burnout patients on sick-leave. Work Stress & Health Conference, Puerto Rico, November 5-8, 2009.

Karlson B, Jönsson P, Pålsson B, Malmberg B, Österberg K. Nio av tio utmattade åter i jobb. Forskningens dag, Region Skåne, 3-4 november 2009.

Karlson B, Jönsson P, Pålsson B, Åbjörnsson G, Malmberg B, Österberg K. Return to work after a workplace-oriented intervention for patients on sick leave due to burnout. 9th Conference of the European Academy of Occupational Health Psychology (EA-OHP), Rome, Italy, March 29-31, 2010.

Karlson B, Jönsson P, Pålsson B, Åbjörnsson G, Malmberg B, Larsson B, Österberg K. Utmattade åter i arbete efter arbetsplatsintervention. ADA – ArbetsplatsDialog för Arbetsåtergång. Arbetsmedicinskt Vårsmöte, Göteborg, 5-7/5 2010.

Karlson B, Jönsson P, Pålsson B, Åbjörnsson G, Malmberg B, Larsson B, Österberg K. Utmattade åter i arbete efter arbetsplatsintervention. Forum för arbetslivsforskning (FALF) konferens, Malmö 19-21/5 2010.

Karlson B, Jönsson P, Pålsson B, Malmberg B, Österberg K. Utmattade åter i arbete efter arbetsplatsintervention. Nätverksmöte i arbets- och organisationspsykologi (AO-net), Lund, 27-28/9 2010.

Karlson B. ADA och LUQSUS – nya metoder för att arbeta med utmattningsreaktioner. Nätverket för behandling och prevention i Västra Götalandsregionen, Göteborg 3 mars 2011.

Rapporten innehåller en sammanfattning av en publicerad vetenskaplig artikel som beskriver utvärderingen av en nyutvecklad modell för arbetsplatsintervention syftande till att underlätta arbetsåtergång för personer sjukskrivna för arbetsrelaterad psykisk ohälsa. Metoden har kommit att bli känd under benämningen ADA (ArbetsplatsDialog för Arbetsåtergång).



Arbets- och miljömedicin
221 85 LUND
Tel 046-17 31 85
Fax 046-17 31 80
E-post amm@med.lu.se
Internet: www.ammlund.se