

Nyhet

2020-01-15

Ny undersökning visar - sex av tio går tillbaka till jobbet innan de blivit friska

Efter juledigheten återvänder många svenskar till jobb och vardag – och till en stundande influensasäsong. Den ökade kontakten mellan människor innebär även en ökad risk för smitta. Enligt en ny Sifo-undersökning bör vi se upp för våra kollegor om vi vill hålla oss friska. Sex av tio som arbetar säger nämligen att de går tillbaka till jobbet innan de blivit helt friska.

Under vinterhalvåret spenderar vi mycket tid inomhus nära andra människor, vilket ökar risken för smittspridning. Och väl utomhus gör kylan att partiklar stannar i luften längre innan de faller till marken, något som också gör det lättare för smitta att spridas. God handhygien är det enklaste sättet att skydda sig mot vinterns många bakterier och virus, men det hjälper inte alltid när det snörvlas i kontorslandskapen.

För att minska smittspridningen och hålla oss friska är vi beroende av hur människor i vår omgivning betar sig. Enligt en ny Sifo-undersökning, utförd på uppdrag av Apotek Hjärtat, säger dock sex av tio som arbetar att de går tillbaka till jobbet innan de blivit helt friska.

- Det kanske kan kännas som en sympatisk gest att komma in till jobbet för att inte lägga över extra arbete på sina kollegor, trots att man borde ligga hemma och vila. Men med tanke på att vi är så mottagliga för smitta under den här tiden av året, och att exempelvis influensa och vinterkräksjuka lätt sprids, är det mer solidariskt att stanna hemma till dess att man är frisk, säger Annika Svedberg, chefsapotekare på Apotek Hjärtat.

Undersökningen bekräftar att beteendet inte är uppskattat av omgivningen. Drygt hälften av de som arbetar svarar att de under senaste året stört sig på att någon kollega kommit tillbaka till jobbet innan personen blivit frisk.

- Förkylning och influensa är exempel på dropp- och kontaktsmittor. En sjuk kollega kan smitta via droppar som kommer från nysningar eller hosta, men även från de ytor där dropparna landar. Idag arbetar många i nära kontakt med varandra, till exempel i öppna kontorslandskap, därför blir vi extra känsliga för smitta på arbetsplatsen, säger Annika Svedberg, chefsapotekare på Apotek Hjärtat.

Fem tips för att undvika smittspridning:

1. Tvätta händerna ofta under influensatider, framförallt innan du ska äta. Låt bli onödigt pillande i ögon, näsa och kring munnen.
2. När du tvättar händerna, se till att vara noggrann med tvål och vatten, även på ovansidan av händerna och tummarna. Handsprit kan användas som ett komplement, men kom ihåg att vissa virus klarar handsprit.
3. Tänk på att influensavirus kan klara flera timmar utanför kroppen. Var extra noggrann med att hålla rent i omgivningen. Handtag och mobiltelefoner är exempel på riktiga smittspridare.
4. Vistas mycket utomhus. Undvik så långt det är möjligt trånga bussar, köpcentrum och liknande.
5. Man är som mest smittsam precis innan man blir sjuk och när man är som sjukast, men det är viktigt att ha i åtanke att du fortfarande kan vara smittsam även om du mår bättre. Känn efter en extra gång innan du går tillbaka till jobbet och när du väl är tillbaka, var extra noggrann med hygien.

Undersökningens resultat i korthet:

- Sex av tio som arbetar (59%) uppger att de någon gång senaste 12 månaderna gått tillbaka till jobbet innan de blivit helt friska.
- Något fler kvinnor än män går tillbaka till jobbet trots att de inte är helt friska (män - 54% vs. kvinnor - 63%).
- Av de som arbetar svarar nästan hälften (47%) att de någon gång de senaste 12 månaderna stört sig på en kollega som kommit tillbaka till jobbet innan personen blivit helt frisk.

Om undersökningen

Undersökningen genomfördes via Kantar Sifos riksrepresentativa webbpanel mellan den 27 december 2019 och den 1 januari 2020. 1000 svar samlades in bland den svenska allmänheten i åldersgrupp 18-64 år.

För mer information

ICA Gruppens presstjänst, telefon: +46 (0)10 422 52 52,
apotekhjartat.se, icagruppen.se