



Stockholm 24 februari 2021

Anställda inom välfärden i Västsverige larmar om för hög arbetsbelastning

Hjärnfonden presenterar reformförslag för ett hållbart arbetsliv

Tre av tio av de som arbetar inom kvinnodominerade yrken inom välfärden har en sådan hög stressnivå att de befinner sig i riskzonen för att utveckla utmattningssyndrom. Det visar en ny Kantar Sifo undersökning på uppdrag av Hjärnfonden. Av alla som är mer stressade nu upplever sju av tio anställda inom välfärden i Västsverige att det beror för hög arbetsbelastning. Sjukskrivningstalen i landet på grund av stressrelaterad psykisk ohälsa har dominerat sedan 2010. Hjärnfonden vill med 20 nya reformförslag sätta stopp för den ohållbara stressen.

- *Det här visar att vi på många håll i Västsverige har arbetsförhållanden som inte är tillfredsställande. Vi efterlyser en handlingsplan för att förbättra den sociala och organisatoriska arbetsmiljön som arbetsgivaren är ansvarig för, säger överläkare Anders Jönsson, ordförande Hallands läkarförening.*

Stresslarmet som Hjärnfonden presenterar innehåller reformförslag som kan åstadkomma förändring på nationell, regional och kommunal nivå liksom på enskilda arbetsplatser. Förslagen är baserade på samlad kunskap, insikter och erfarenheter från drabbade, forskare och arbetsmarknadsexperter. Bland de 20 reformförslagen som Hjärnfonden har presenterat för beslutsfattare och experter finns det bland annat krav på följande:

- **Inför en nationell haverikommission mot ohälsosam stress** som gör grundliga genomlysningar av några av de mest utsatta yrkesgrupperna årligen och tar fram åtgärdsförslag.
- **Straffbara arbetsförhållanden.** Ingen har ännu dömts till följd av kronisk arbetsrelaterad stress. Det behövs en översyn av reglerna kring arbetsmiljöbrott.
- **Jämställd arbetsmiljö.** Vi föreslår könsbaserade arbetsmiljöundersökningar med fokus på den organisatoriska och sociala arbetsmiljön för att minska arbetsmiljöskillnader på större arbetsplatser.

– *Stressrelaterad psykisk ohälsa är en ojämsställd och onödig hjärnsjukdom som går att förebygga. År efter år är det samma yrkesgrupper som drabbas hårdast. Det är anställda inom vård, skola och omsorg. Det behövs ett tydligare ledarskap, kraftsamling och nya politiska beslut, så att färre drabbas säger Anna Hemlin, generalsekreterare på Hjärnfonden.*

Sifo Kantar visar att 44 procent i Västsverige upplever mer stress under pandemin

Undersökningen visar att nästan hälften av alla inom vård, omsorg och skola, 44 procent, upplever mer stress idag jämfört med innan pandemin bröt ut (46 procent nationellt). 69 procent anger att det beror på för hög arbetsbelastning (68 procent nationellt). 33 procent säger att det är för höga krav samt brist på kontroll i arbetet (29 procent nationellt). 17 procent säger att det är brist på stöd från chefer och arbetskollegor (21 procent nationellt).

Dessutom upplever 30 procent inom vård, skola och omsorg att de inte har ork över för att göra andra saker efter sin arbetstid (29 procent nationellt). I Västsverige är det också 30 procent som har

en sådan hög stressnivå att de befinner sig i riskzonen för att utveckla utmattningssyndrom (29 procent nationellt). Sett till den nationella nivån är det speciellt tydligt med den höga stressen bland yngre kvinnor i åldern 18–34 år som jobbar inom omsorg. De känner sig mest stressade. Delar av undersökningen är baserad på frågor från KEDS (Karolinska Exhaustion Disorder Scalestresstest), som är framtaget av forskare vid Karolinska Institutet.

– Jag har jobbat 40 år i Västra Götaland och Halland och sett hur arbetsmiljön för läkare och andra vårdyrken tyvärr på många håll blivit sämre, vilket har lett till mer stressrelaterad ohälsa och sjukskrivningar. Det är en utveckling som måste brytas, säger Anders Jönsson.

Bakgrundsfakta

Reformförslag för ett hållbart arbetsliv

Hjärnfondens 20 reformförslag vänder sig till beslutsfattare. De handlar om ansvar och ledarskap, åtgärder i arbetslivet, vård och rehabilitering samt prevention. Reformförslagen har presenterats på ett webinarium för inbjudna beslutsfattare med koppling till arbetsmiljöfrågor.

<https://www.hjarnfonden.se/stresslarmet/>

Kantar Sifo

Undersökningen genomfördes i Kantar Sifos webbpanel under perioden 1–5 februari 2021. Totalt intervjuades 1163 personer, 904 kvinnor och 259 män. Det omfattade personer i åldern 18–65 år inom yrkesområdena skola/utbildning/forskning, sjukvård/hälsa, omsorg/sociala tjänster. Webbpanelen är riksrepresentativt rekryterad utifrån slumpmässiga urval. Det förekommer ingen självrekrytering i Sifos webbpanel.

I den webbaserade undersökningen ställdes frågor som ingår i KEDS, ett självskattningstest som är framtaget av en forskargrupp vid Karolinska Institutet. Testet används inom sjukvården som en hjälp i utredningen av utmattningssyndrom. KEDS består av 9 frågor. Personer som får 19 poäng eller mer på KED-skalan vid flers tillfällen över längre tid och inte har någon annan sjukdom som förklarar symtomen kan vara i riskzon för utmattningssyndrom.

Fakta om stress

- Stressreaktionen hjälper oss prestera i krävande situationer och vi klarar av kortare perioder av stress utan att ta skada. Skadligt blir det om stresspådraget pågår länge utan tid för återhämtning, vila och sömn.
- Utmattningssyndrom, en allvarlig form av stressrelaterad psykisk ohälsa, är en hjärnsjukdom. Långvarig stress utan tillräcklig återhämtning kan öka risken för utmattningssyndrom.
- Det finns ett tydligt samband mellan brister i den psykosociala arbetsmiljön och stressrelaterad psykisk ohälsa.
- Kronisk stress utan återhämtning kan på sikt öka risken för utmattningssyndrom med trötthet, stresskänslighet och kognitiva nedsättningar som vanliga symtom. Långvarig stressbelastning är också en riskfaktor för tillstånd som depression.
- Kvinnor har i dag 41 procent högre risk än män att drabbas av en stressrelaterad sjukskrivning (källa Försäkringskassan 2020).
- Sedan 2010 har den stressrelaterade psykiska ohälsan dominerat sjukfrånvaron, dess andel av alla pågående sjukfall har mer än dubblats (källa Försäkringskassan).
- Under perioden 2011 - 2020 ökade andelen kvinnor mellan 16-29 år som kände sig stressade från 22 till 33 procent (källa Folkhälsomyndigheten. Folkhälsomyndighetens

nationella folkhälsoenkät "Hälsa på lika villkor?" (HLV) 2006–2020. [PxWeb - välj tabell \(folkhälsomyndigheten.se\)](#), [Stress — Folkhälsomyndigheten \(folkhälsomyndigheten.se\)](#)

Mer information om stress se: <https://www.hjarnfonden.se/stresslarmet/>

För mer information kontakta gärna:

Sophie Ternheim, press- och marknadsansvarig Hjärnfonden, 0730-92 63

00 sophie.ternheim@hjarnfonden.se

Maria Prigorowsky, samhällschef, 0730-261 48 54 maria.prigorowsky@hjarnfonden.se

Anders Jönsson, ordförande Hallands läkarförening, överläkare, Öron Näsa Hals-mottagningen, Hallands sjukhus, Kungälv. 070 130 33 91, anders.jonsson@slf.se

Om Hjärnfonden:

Hjärnfonden är en ideell insamlingsstiftelse utan statligt stöd. Vår vision är att ingen ska behöva lida av sjukdomar, skador eller funktionsnedsättningar i hjärnan. Målet är att rädda liv, bidra till fler friskår och öka livskvaliteten för drabbade och närstående. För att uppfylla visionen och nå de långsiktiga målen arbetar vi med två ändamål: insamling och finansiering av den bästa svenska hjärnforskningen, samt kunskapsspridning och påverkansarbete för hjärnans område. Hjärnfonden är helt beroende av gåvor och testamenten från privatpersoner och företagssamarbeten.

www.hjarnfonden.se [Följ oss på Facebook](#) [Följ oss på Twitter](#)