

Usikkerhed om jobbet påvirker helbredet

Er du usikker på, om du kan beholde jobbet? Og tror du, det bliver svært at få et nyt? Så er der større risiko for, at du vurderer dit helbred som dårligere end andre, som ikke har denne usikkerhed. Har du desuden tidligere været arbejdsløs i en længere periode, så stiger risikoen for behandling med antidepressive midler. Det viser resultater fra to spørgeskemaundersøgelser blandt mere end 8.800 danske lønmodtagere.

Sammenhængen mellem jobusikkerhed og helbred er et af de emner forskerne har belyst gennem to studier, hvor de undersøgte:

1. sammenhængen mellem jobusikkerhed og forandringer i selv vurderet helbred blandt 3.727 lønmodtagere fra den Nationale Arbejdsmiljøkohorte (NAK) i 1995 og 2000. NAK dækker et repræsentativt udsnit af den danske befolkning.
2. sammenhængen mellem jobusikkerhed, tidligere arbejdsløshed og senere risiko for at få behandling med antidepressiv medicin. Studiet omfattede 5.142 lønmodtagere fra en tilfældig stikprøve af danskere i 2000.

Dårligere selv vurderet helbred ved jobusikkerhed

Resultaterne viser, at

- de kvinder, som var nervøse for at miste deres job første gang de blev spurgt, havde større risiko for, at vurdere deres helbred som dårligt fem år senere end kvinder, som ikke var nervøse for at miste deres job,
- den kombinerede effekt af jobusikkerhed og nervøsiteten for, om man kan finde et andet job eller ej, påvirkede vurderingen af eget helbred,
- for både kvinder og mænd er der sammenhæng mellem nervøsiteten for at miste jobbet – i kombination med en tro på, at det er svært at finde et nyt

– og en forøget risiko for et dårligt selv vurderet helbred.

Resultaterne gælder også, når der kontrolleres for alder, ansættelsesforhold, Body Mass Index (BMI), børn, rygning, samlivs- og socioøkonomisk status samt selv vurderet helbred. For mændene var effekten svagere end for kvinderne og ikke statistisk signifikant.

Værst for personer under 50 år

Resultaterne viser også,

- at sammenhængen mellem usikkerhed i jobbet og oplevelsen af et dårligt helbred var stærkere for lønmodtagere under 50 år end for dem over.

Forklaringen kan ifølge forskerne være, at arbejdsløshed ikke virker så truende på ældre medarbejdere som på yngre, fordi de ældre i højere grad har et alternativ, i form af efterløn eller pension.

Se figur 1.



FOTO: COLOURBOX

Jobusikkerhed og arbejdsløshed giver risiko for behandling med antidepressiv medicin

Resultaterne viser, at

- hvis man tidligere har været arbejdsløs i længere tid (i mindst 70 pct. af tiden) >

Hvad betyder selv vurderet helbred?

Selv vurderet helbred bliver målt med spørgsmålet: "Hvordan vil du alt i alt vurdere dit helbred?". Svarmulighederne er: "Meget godt-Godt-Nogenlunde godt-Dårligt-Meget dårligt". Talrige internationale forskningsresultater har vist, at et dårligt selv vurderet helbred forudsiger sygelighed og dødelighed.

> i en treårig periode) og samtidig er usikker på, om man kan beholde sit nuværende job, så stiger risikoen for at tage antidepressiv medicin. Det gælder både for mænd og kvinder, og når der kontrolleres for alder, alkoholforbrug, depressive symptomer samt samlivs- og socioøkonomisk status ved undersøgelsens start.

Hvorfor stiger risikoen?

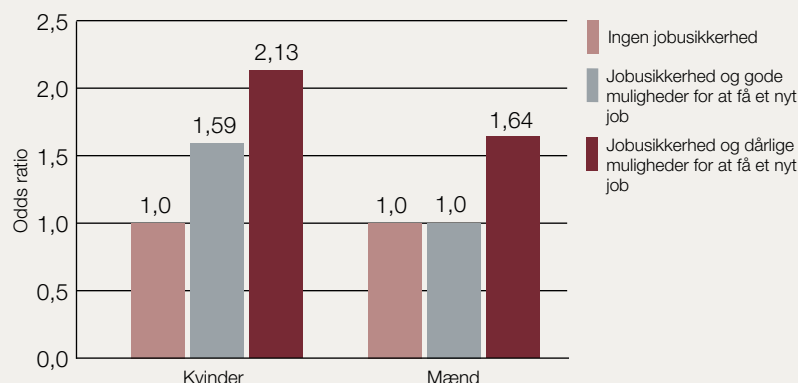
Den øgede risiko for at tage antidepressiv medicin kan forklares ved brug af en model om sårbarhed og belastning. Den akutte belastning ved at være usikker på, om man kan beholde sit job, kan forstærkes af en sårbarhedsfaktor, som i dette tilfælde er, at man tidligere har været arbejdsløs i en længere periode. Se figur 2.

Hvorfor mere sårbar?

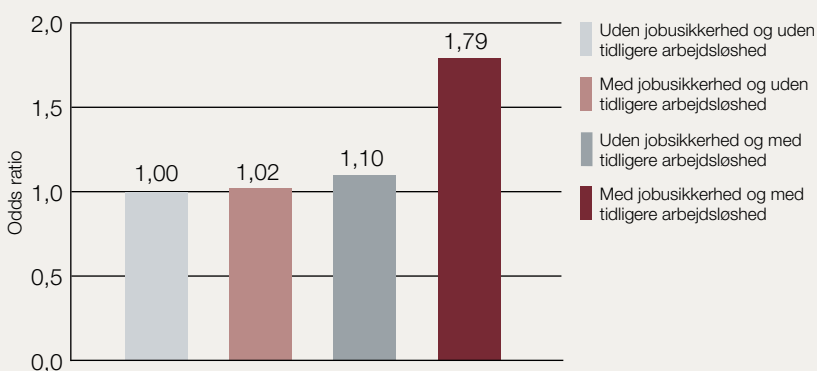
Forskerne giver to mulige forklaringer på, hvorfor personer, der tidligere har været arbejdsløse i længere tid, bliver mere sårbare.

- De kan føle sig mere truede, hvis deres økonomiske situation i forvejen er belastet efter tidligere arbejdsløshed.
- De kan i en tidligere arbejdsløshedsperiode have opnået en tilstand af, hvad man i fagsprog kalder "tillært hjælpeløshed". 'Tillært hjælpeløshed' er en vigtig psykologisk teori om udvikling

Figur 1. Risiko for at få dårligere selv vurderet helbred efter 5 års opfølgning. Alle ansatte er under 50 år



Figur 2. Risiko for behandling med antidepressiv medicin i forhold til jobusikkerhed og tidligere arbejdsløshed



af depression. Forskerne formoder, at denne tilstand kan aktiveres ved jobusikkerhed.

at miste sit job, især i sammenspil med dårlige chancer på arbejdsmarkedet og tidligere oplevelse af arbejdsløshed, kan have alvorlige konsekvenser for helbredet.

Betydning for folkesundhed og samfundsøkonomi

Resultaterne viser, at bekymringen for

Flerårigt forskningsprojekt bag resultater

Resultaterne er fra forskningsprojektet "Psykosocialt arbejdsmiljø, psykisk helbred og arbejdsevne". Forskere fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø var projektledere og samarbejdede med forskere fra Københavns Universitet og Groningen Universitet, Holland.

Videnskabelige artikler

- Rugulies R et al. Job insecurity, chances on the labour market and decline in self-rated health in a representative sample of the Danish workforce. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 2008;62:245-250.
- Rugulies R et al. Job insecurity and the use of antidepressant medication

among Danish employees with and without a history of prolonged unemployment: a 3.5-year follow-up study. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 2010;64:75-81.

Yderligere oplysninger

Professor Reiner Rugulies, NFA, rer@arbejdsmiljoforskning.dk



Det Nationale
Forskningscenter
for Arbejdsmiljø

Lersø Parkallé 105
2100 København Ø

Tlf 39 16 52 00
Fax 39 16 52 01

nfa@arbejdsmiljoforskning.dk
www.arbejdsmiljoforskning.dk