



VÄSTERGÖTLANDSREGIONEN

- Sálfræðilegt hugtak
- Upphaflega skilgreiningin tekur bara tillit till vinnuálags
- Misumnandi skilgreining eftir því hvaða kvarði er notaður
- Engin læknisfræðileg greining
- Misumnandi skilgreiningar/hugtök eftir löndum. Náteygdar greiningar/hugtök eru; Clinical burnout, Adjustment disorder, Exhaustion disorder, depression
- Síþreyta (Chronic fatigue syndrome) er ekki sama og kulnun
- Vefjagrip (Fibromyalgia) er ekki sama og kulnun



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Sjálfstærkt höfundar ábyrgð á þessum álitum.

- [illegible]



Pan-European opinion poll on occupational safety and health
Results across 36 European countries
 Representative sample in 36 participating European countries for the European Agency for Safety and Health at Work (EU-OSHA)
 Ipsos

Samantekt á www.vinnueftirlit.is

ISM – Institutet för stressmedicin

ÖSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Heilsuefning er mikilvægust **Forvarnir** **Endurhæfing**

Heilsuefning á vinnustöðum er sameiginlegt verkefni vinnuveitenda, starfsmanna og samfélagsins alls og miðar að því að bæta heilsu og líðan vinnandi fólks. Með heilsuefningu á vinnustöðum er stefnt að því að bæta vinnuskipulag og vinnuumhverfi, hvetja til virkrar þátttöku og stuðla að áframhaldandi þroska einstaklingsins.

(www.virk.is)

ISM – Institutet för stressmedicin

ÖSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Hvað einkennir “heilsusaman” vinnustað?
Niðurstöður frá rannsóknarverkefni í Stokkhólmi

Stjórnun: Skýr og markviss stjórnun á öllum stigum sem byggir á þátttöku og hvatningu.

Starfsfólkið: Starfsmenn eru taldir vera auðblind. Vinnustaðurinn fjárfestir í kunnáttu og þróun. Gildi eru mikilvæg, bæði við ráðningar og í daglegu starfi.

Samskipti: Bæði óformleg og formleg samskipti og upplýsingamiðlun eru talin mikilvægt. Áhersla er lögð á hreinskilni í samskiptum og gagnrýni er leyfð og sjálfsögð. Góð samskipti og umræða er undirstaða starfseminnar og byggir á stöðugri þróun. Það er ekki lítið á góð samskipti sem tímabundið verkefni!

Gildi og stefna: Gildi vinnustaðarins/fyrirtækisins er þekkt af öllum og er mikilvæg fyrir alla starfseminna. Aukin vitund um þátttöku starfsfólks hvað varðar skipulagsbreytingar á vinnustað. Bæði stjórnendur og starfsmenn eru vel meðvitaðir um sína ábyrgð og takmarkanir.

More information on <http://www.folkhalsoguiden.se/halsaochframtid>

ISM – Institutet för stressmedicin

ÖSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Streituvaldar og streitueinkenni hjá starfsfólki innan heilbrigðisgeirans (3400 manns).



Rannsóknarverkefni sem fór fram 2004-2010.
Fjöldmargar greinar hafa verið birtar
Verið er að vinna úr fleiri niðurstöðum

- hverjir eru helstu streituvaldar sem orsaka kulnun
- hvaða þættir koma í veg fyrir kulnun
- streituvaldar hjá stjórnendum
- afleiðingar skipulagsbreytinga á vinnustað
- mikilvægi góðra samskipta á vinnustað
- m.fl.

Skýrslunar eru fáanlegar að kostnadarlausu á
www.vgregion.se/stressmedicin

ISM – Institutet för stressmedicin



Fyrstu merki mikils streituálags á vinnustað

Einstaklingar: - "pirringur", óþolinmæði, minni sveigjanleiki, skortur á einbeitingu, fólk gefur sér minni hvíld, minni tíma fyrir frístundir, hreyfingu, kvartar yfir líkamlegum og sálfræðilegum einkennum vegna streituálags (svefntruflanir, höfuðverkur, þreyta, magatruflanir, kvíði, m.m.)

Vinnustaðurinn: - samskiptaörðugleikar, slæmur vinnuandi, meiri yfirvinna, óljósar ákvörðunartökur, léleg gæði, skortur á hugsjónum, hærri tíðni veikinda og meiri starfsmannavelta.

ISM – Institutet för stressmedicin



BMC Psychiatry Open Access 2.99

Search this journal for

Home Articles Authors Reviewers About this journal My BMC Psychiatry

Research article highly assessed Open access
Course of mental symptoms in patients with stress-related exhaustion: Does sex or age make a difference?
Kristina Olsson, Gunnar Ahlberg and Ingilborg H. Jonvaldtottir

For all author emails, please [see here](mailto:info@bmc.com)

BMC Psychiatry 2012, 12:118 [doi:10.1186/1471-244X-12-118](https://doi.org/10.1186/1471-244X-12-118)
Published: 12 March 2012

Abstract (provisional)

Background
Long-term poor health due to mental health problems, especially among women, is a substantial problem in many countries, and a major reason for this is thought to be psychosocial stress. The recovery period of different patient groups with stress-related mental health problems can differ considerably. We have studied the course of mental health symptoms during 18 months of multimodal treatment in relation to sex and age in a group of patients with stress-related exhaustion.

Methods
The study group included 222 patients (90% women) referred to a stress clinic and who fulfilled the criteria for Exhaustion Disorder (ED). The majority also fulfilled diagnostic criteria for depression and/or anxiety. The age was similar among women and men. Symptoms were assessed at baseline, three, six, 12 and 18 months by the Birnbaum-Related Burnout Questionnaire (BRBQ) and the Hospital Anxiety and Depression scale (HAD). A total BRBQ mean score of 4 or above, was used to indicate clinical burnout, which correlates well with the clinical diagnosis of ED.

Results
There were no statistically significant differences between women and men or between young and old patients in the self-reported symptoms at baseline. The proportion that had high burnout scores decreased over time, but one-third still had symptoms of clinical burnout after 18 months. Symptoms indicating probable depression or anxiety (present in 24% and 64% of the patients at baseline, respectively) declined more rapidly, in most cases within the first three months, and were present

ISM – Institutet för stressmedicin



Nybirt grein sem fjallar um
Kulnunareinkenni hjá sjúklingum með UMS.
Frekari upplýsingar á
www.vgregion.se/stressmedicin

Utmattade åter i arbete efter arbetsplatsintervention

ADA – ArbetsplatsDialog för Arbetsåtergång

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

Arbets- och miljömedicin, Universitetssjukhuset i Lund

Verkefnið byggir á að auka samskipti milli vinnustaðar og einstaklingsins með viðtölum og samtölum/fundum. Markmiðið er að koma í veg fyrir misskilning sem oft verður þegar um er að ræða sjónarhorn vinnustaðar annars vegar og hins vegar einstaklingsins sem er að koma aftur til starfa eftir langvarandi veikindi.

Meiri upplýsingar á <http://www.fhvmetodik.se/metoder>

ISM – Institutet för stressmedicin

ÖSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Karlson et al. BMC Public Health 2010, 10:301
<http://www.biomedcentral.com/1471-2458/10/301>

BMC Public Health

RESEARCH ARTICLE Open Access

Return to work after a workplace-oriented intervention for patients on sick-leave for burnout - a prospective controlled study

Björn Karlson^{1*}, Peter Jönsson¹, Birgitta Pålsson¹, Gunnel Åbjörnsson¹, Birgitta Malmberg¹, Britt Larsson² and Kai Österberg¹

Abstract
Background: In the present study the effect of a workplace-oriented intervention for persons on long-term sick leave for clinical burnout, aimed at facilitating return to work (RTW) by job-person match through patient-supervisor communication, was evaluated. We hypothesised that the intervention group would show a more successful RTW than a control group.
Methods: In a prospective controlled study, subjects were identified by the regional social insurance office 2-6 months after the first day on sick leave. The intervention group (n = 74) was compared to a control group who had declined participation, being matched by length of sick leave (n = 74). The RTW was followed up, using sick-listing register data, until 1.5 years after the time of intervention.
Results: There was a linear increase of RTW in the intervention group during the 1.5-year follow-up period, and 89% of subjects had returned to work to some extent at the end of the follow-up period. The increase in RTW in the control group came to a halt after six months, and only 73% had returned to work to some extent at the end of the 1.5-year follow-up.
Conclusions: We conclude that the present study demonstrated an improvement of long-term RTW after a workplace-oriented intervention for patients on long-term sick leave due to burnout.
Trial registration: Current Controlled Trials NCT01039168.

ISM – Institutet för stressmedicin

ÖSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Mikilvægustu einstaklingsþættirnir

Svefn Félagslegur stuðningur Hvíld Hreyfing

Streitustjórnun

ISM – Institutet för stressmedicin

ÖSTRA GÖTALANDSREGIONEN
