

Arbeidsplasstiltak får trolig flere sykemeldte tilbake på jobb

Omtalt av Therese K. Dalsbø og Marit Knapstad

Tiltak på arbeidsplassen får trolig flere sykemeldte tilbake i jobb og fører til at færre sykemeldes på nytt. Det viser en Cochrane-oversikt.

Hva sier forskningen?

I systematiske oversikter samles tilgjengelig forskning. I denne systematiske oversikten har forfatterne samlet forskning om og vurdert effekt av arbeidsplasstiltak, som for eksempel individuell rådgivning, endring i arbeidsoppgaver eller arbeidstid, og fysisk tilrettelegging for å tilpasse oppgavene for sykemeldte arbeidstakere.

Sammenlignet med vanlig oppfølging uten særlige tiltak på arbeidsplassen, fant forfatterne at arbeidsplasstiltak:

- trolig får flere sykemeldte tilbake i jobb. Vi har middels tillit til resultatet
- reduserer antall dager med sykemelding. Vi har stor tillit til resultatet
- trolig fører til at færre sykemeldes på nytt. Vi har middels tillit til resultatet
- Det er usikkert om arbeidsplasstiltak har effekt på lengden på sykemeldingsperioden. Vi har svært liten tillit til resultatet.
- Det er usikkert om arbeidsplasstiltak har effekt på depresjonssymptomer. Vi har svært liten tillit til resultatet

- fører til litt mindre smerte. Vi har stor tillit til resultatet.
- trolig fører til at flere fungerer noe bedre. Vi har middels tillit til resultatet



Illustrasjon: Colourbox

Tilliten til resultatet angir hvor sannsynlig det er at forskningsresultatet ligger nær den sanne effekt. Jo større tillit, desto sikrere kan vi være på at resultatet ligger nær den sanne effekt







Resultattabell 1

Resultater: hva skjer?	Vanlig oppfølging	Arbeidsplasstiltak	Tillit til resultatet
Tilbake til jobb Arbeidsplasstiltak vil trolig få flere personer som er sykemeldte tilbake i jobb	799 per 1000	917 per 1000 (854 til 960 per 1000)*	⊕⊕⊕○ Middels
Sykefraværsdager Arbeidsplasstiltak vil trolig redusere antall dager med sykemelding i løpet av ett år	165.7 dager	133.37 dager, dvs. 33.33 færre dager (fra 49.54 til 17.12 færre dager)*	⊕⊕⊕⊕ Stor
Ny sykemelding Arbeidsplasstiltak vil trolig redusere antall personer som blir sykemeldt på nytt	250 per 1000	114 per 1000 (59 til 210 per 1000)*	⊕⊕⊕○ Middels

* Tallene i parentes viser feilmarginen (95 % konfidensintervall) - et mål på hvor usikkert resultatet er på grunn av tilfeldigheter.

[Se resultattabell 2 neste side»»](#)

Resultattabell 2

Resultater: hva skjer?	Hvor stor forskjell?	Tillit til resultatet	Hva er tallene bak?
Tiden det tar å komme tilbake til arbeid Vi er usikre på hvilken effekt arbeidsplass tiltak har på hvor lang tid sykemeldingsperioden varer	Usikker	 Svært liten	Vi rapporterer ikke tall som har svært liten tillit
Depresjon Vi er usikre på hvilken effekt arbeidsplass tiltak har på depresjonssymptomer	Usikker	 Svært liten	Vi rapporterer ikke tall som har svært liten tillit
Smerte Arbeidsplass tiltak vil redusere smerte hos personer som er sykemeldte noe	 Liten	 Stor	0.26 SMD lavere hos de som fikk arbeidsplass tiltak (fra 0.47 til 0.06)*
Funksjonell status Arbeidsplass tiltak vil trolig føre til noe bedre funksjon for personer som er sykemeldte	 Liten	 Middels	0.33 SMD lavere hos de som fikk arbeidsplass tiltak (fra 0.58 til 0.08)*

* Forfatterne laget metaanalyser av effekt og brukte standardiserte gjennomsnittsforskjeller (på engelsk Standardized Mean Difference – SMD). SMD er brukt fordi primærstudiene har målt utfallene på ulike måter. Når vi forenkler tolkningen av effekt i form av SMD, sier vi at: SMD på 0,2 til 0,5 er en «liten effekt».

Bakgrunn

Noen av de vanligste årsakene til sykefravær er psykiske lidelser, muskel- og skjelettsmerter, kreft og hjerte- og lungesykdommer. Sykefraværet er høyere i Norge enn i andre OECD-land. I 2012 var sykefraværet i Norge nesten 15 dager per sysselsatt. I Norge har vi lovregulert oppfølging av sykemeldte arbeidstakere (www.nav.no). Arbeidsgiveren har hovedansvaret for å følge opp sykemeldte og legge til rette for den sykemeldte på arbeidsplassen, og arbeidstaker har plikt til å aktivt medvirke. Sentrale virkemidler ved langtidsfravær er utvikling og innføring av en individuelt tilpasset oppfølgingsplan og dialogmøter. I en slik plan vil vanligvis en eller flere tiltak kunne inngå, som rådgivning, fysisk tilpassing på arbeidsplassen, endret arbeidstid- eller oppgaver. Dersom man ikke kommer tilbake i arbeid etter sykefravær øker risikoen for langtidsfravær, overføring til arbeidsavklaring eller uførepensjon.

Hva er denne informasjonen basert på?

Forfatterne av Cochrane-oversikten gjorde systematiske søk i aktuelle forskningsdatabaser i februar 2015, og fant 14 studier med til sammen 1897 sykemeldte arbeidstakere som de inkluderte i oversikten. Studiene var utført i Nederland (ni studier), Sverige (to studier), og én studie i Danmark, USA og Australia. Personene som deltok var sykemeldte arbeidstakere. De arbeidet i en rekke ulike sektorer som helsetjeneste, offentlig administrasjon, produksjon og landbruk. Årsakene til sykemelding var muskel- og skjelettlidelser (åtte studier), psykiske lidelser (fem studier) eller kreft (én studie). Sykemeldingsperioden varierte betydelig, fra én dag til to år. Forfatterne slo sammen resultatene i meta-analyser og lagde sub-gruppeanalyser ut fra årsak til sykefravær (sykdomsform). Disse analysene viste at effekten på de

ulike utfallene varierte med årsaken til sykefraværet. Forfatterne har ikke vurdert hvor stor tillit vi kan ha til funnene. Vi kan dermed ikke konkludere rundt disse analysene. De fleste arbeidsplass tiltakene var sammensatte (multidisciplinære) intervensjoner hvor rådgivning, arbeidsplassorganisering som endring i arbeidsoppgaver eller arbeidstid, og fysisk tilrettelegging med fokus på tilpassing til jobben. I alle arbeidsplass tiltakene var arbeidstaker, arbeidsgiver og en ekspert i arbeidsmedisin involvert. Sykemeldte arbeidstakere i kontrollgruppen fikk vanlig oppfølging, men innholdet var dårlig beskrevet. I ni studier var vanlig oppfølging beskrevet som retningslinjebasert oppfølging med tilpassing for den enkelte sykemeldte i samråd med enten lege, psykiater eller ergoterapeut. For utfallene om sykefravær var oppfølgingsperioden i 13 av studiene ett år.

Kilde

van Vilsteren M, van Oostrom SH, de Vet HCW, Franche RL, Boot CRL, Anema JR. Workplace interventions to prevent work disability in workers on sick leave. Cochrane Database of Systematic Reviews 2015, Issue 10. Art. No.: CD006955. DOI:10.1002/14651858.CD006955.pub3.