

Arbejdspladsen



FOREBYGGELSES
KOMMISSIONEN

” Hvorfor er arbejdspladsen interessant som arena for forebyggelse?

- . Potentielle økonomiske gevinster for såvel samfundet som arbejdsgiveren
- . Særlige muligheder i forhold til forebyggelse og sundhedsfremme på arbejdspladsen



NATIONAL RESEARCH CENTRE
FOR THE WORKING ENVIRONMENT



FOREBYGGELSES
KOMMISSIONEN

Potentielle økonomiske gevinster

	Sygefravær hos erhvervsaktive (mio. dage/år)	Førtidspensioner (antal/år)
Overvægt	1,8	1.100
Rygning	2,8	5.000
Alkohol	0,3	500
Fysisk inaktivitet	2,6	1.200
Psykisk arbejdsbelastning	1,5	2.800
Kilde: Risikofaktorer og folkesundhed i Danmark; Juel et. al.; 2006		



NATIONAL RESEARCH CENTRE
FOR THE WORKING ENVIRONMENT

Sundhedsfremme på arbejdspladsen

” Muligheder

- . Hovedparten af alle voksne i den erhvervsaktive alder er i beskæftigelse og tilbringer en stor del af deres vågne tid på arbejde
- . Adgang til målgrupper, som ellers kan være svære at nå
- . Inden for særlige brancher og faggrupper er usund livsstil og risikoadfærd ift. KRAM særlig udbredt, fx transport, fiskeri, rengøring
- . Særlige risikofaktorer i arbejdsmiljøet, fx stress og ulykker

Sundhedsfremme på arbejdspladsen

” Flere Muligheder

- . Lettere at opnå en adfærdsændring, når indsatser er funderet i en gruppe, hvor sociale normer påvirker den enkelte, fx ift. Rygestop
- . Få barrierer for deltagelse i sundhedsfremme på arbejdspladsen, fx få eller ingen omkostninger og ingen transport.



FOREBYGGELSES
KOMMISSIONEN

Anbefalinger om forebyggelse på arbejdspladsen 1

- “ Ud over at arbejdsmiljølovgivningens krav skal overholdes, bør medarbejdere, hvor det er relevant, sikres tilbud om træning med henblik på at øge deres fysiske styrke og kondition for at forebygge nedslidning.
- “ Forebyggelsesfondens støtte skal i højere grad målrettes indsatser, der evidensbaseret integrerer KRAM faktorer relateret til sundhedsfremme og arbejdsmiljøforbedringer, herunder særligt med fokus på metoder til håndtering af stress i arbejdet
- “ Forebyggelsesfondens formål udvides til at omfatte udvikling af samarbejdet mellem praktisk forebyggelse og forskning for at skabe evidensbaserede modeller for implementering af viden og for at systematisere resultaterne og dermed skabe evidens for fremtidige forebyggelsestiltag.



NATIONAL RESEARCH CENTRE
FOR THE WORKING ENVIRONMENT

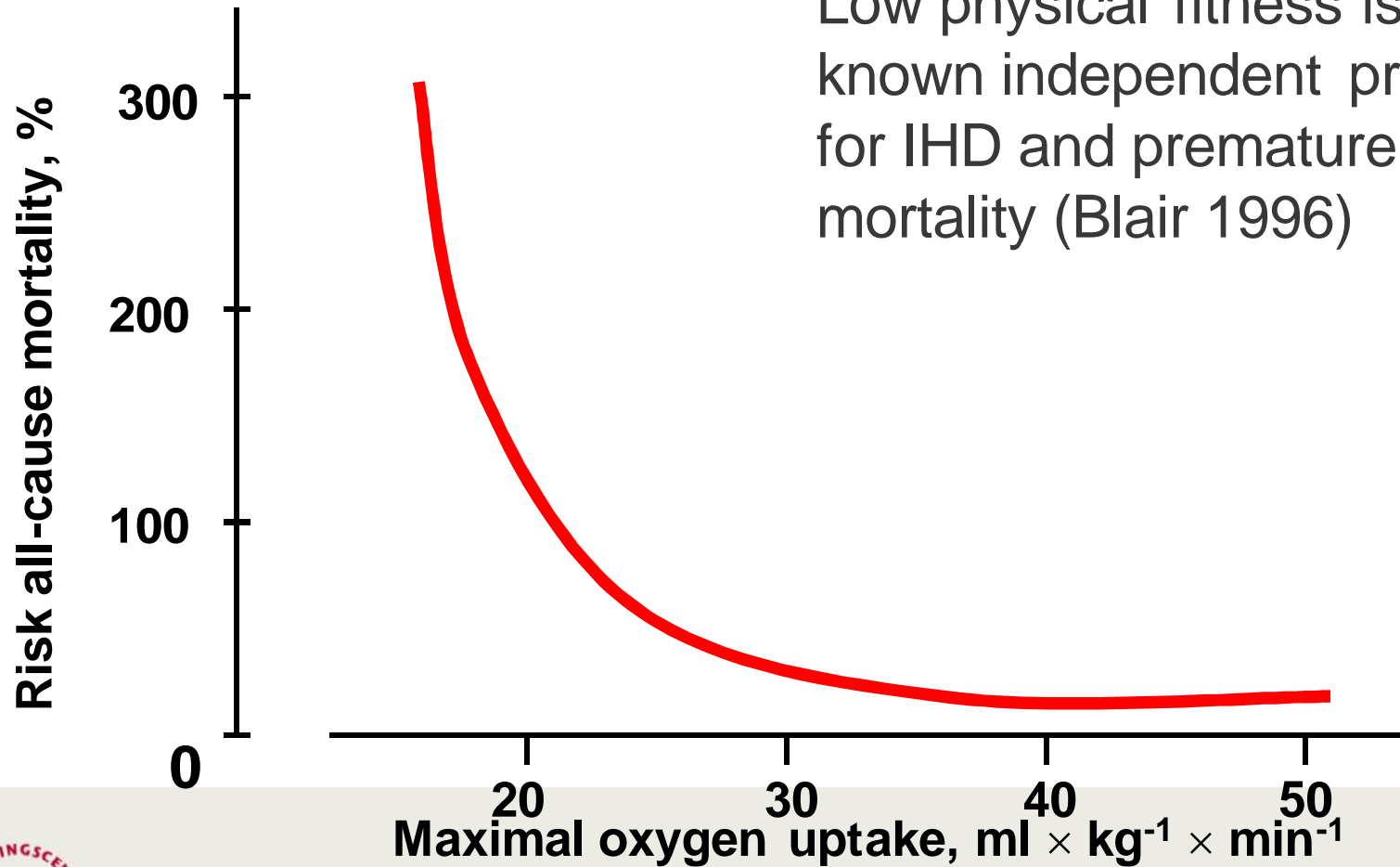


Anbefalinger om forebyggelse på arbejdspladsen 2

- “ Arbejdsmarkedets parter anbefales at indgå aftaler om gode rammer for sundhedsfremmende, evidensbaseret fysisk aktivitet på arbejdspladsen både som et supplement til arbejdet og som et led i arbejdets udførelse. Det er afgørende, at aftalerne baseres på anbefalinger fra sagkundskaben.
- “ Kommunerne opfordres til at støtte virksomheder, der ønsker at prioritere forebyggelse på arbejdspladsen, med viden og praktisk know how.

Physical fitness and mortality

Low physical fitness is a well known independent predictor for IHD and premature mortality (Blair 1996)



NATIONAL RESEARCH CENTRE
FOR THE WORKING ENVIRONMENT

Modified from Blair et al 1996

Physical demands at work, physical fitness, and 30-year ischemic heart disease and all-cause mortality in the Copenhagen Male Study

Holtermann A, Mortensen OS, Burr H, Søgaard K,
Gyntelberg F, Suadicani P



NATIONAL RESEARCH CENTRE
FOR THE WORKING ENVIRONMENT

Population and follow-up

- “ Copenhagen Male Study
- “ 5249 male workers between 40-59 years in 1970/1971
- “ 14 companies in Copenhagen (railway, public road construction, military, post, telephone, customs, national bank, and the medical industry)
- “ 30 years follow-up on ischemic heart disease (IHD) mortality and all-cause mortality
- “ Men with cardiovascular disease (n=274) were excluded from the follow-up

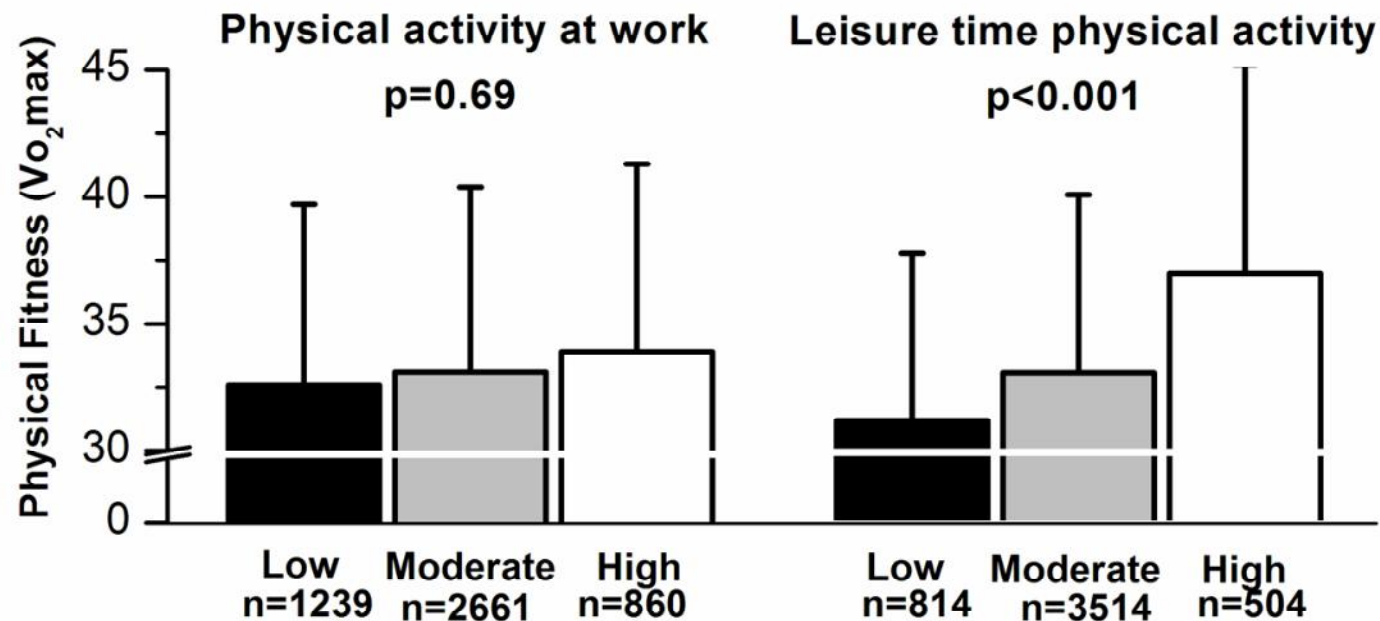


Physical fitness

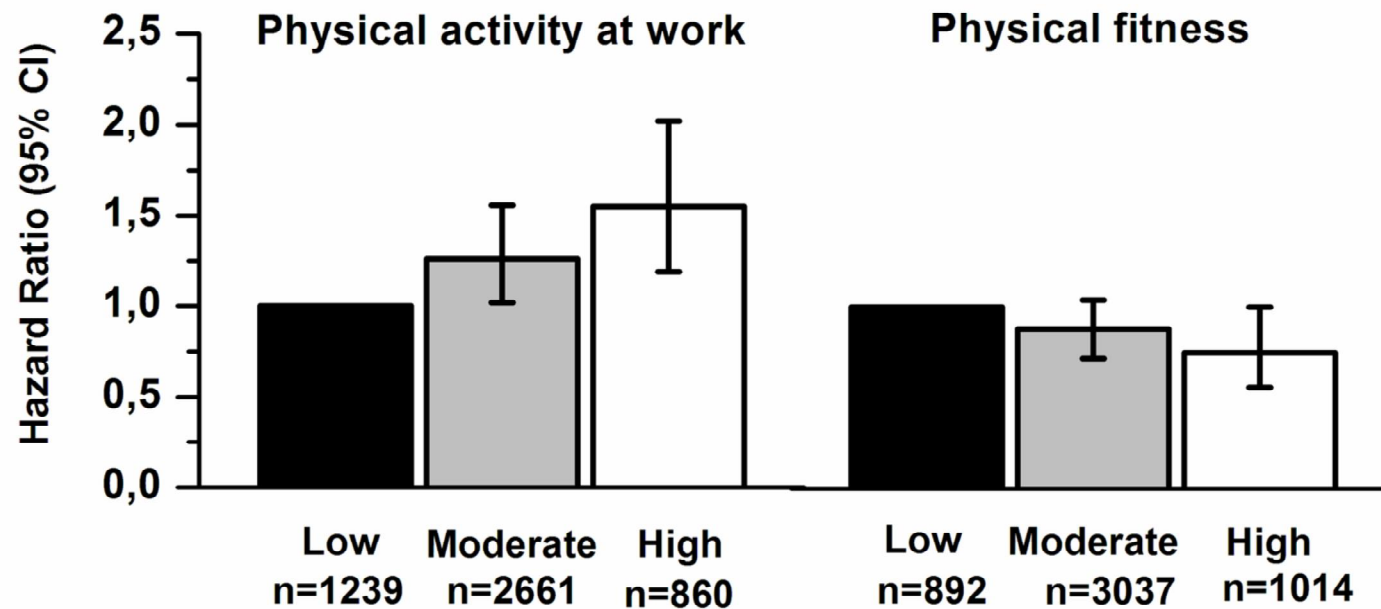
- “ Åstrand’s cycling test
- “ Heart rate measurement at workloads (100, 150 or 200 W) determined by age, bodyweight and heart rate first minute of test
- “ Determines physical fitness (maximal oxygen consumption, Vo_2max) with Åstrand’s nomogram
- “ Stratification on physical fitness (Vo_2max):
 - . Low: 15-26 Vo_2max (n=892)
 - . Moderate 27-38 Vo_2max (n=3037)
 - . High 39-78 Vo_2max (n=1014)



Physical activity at work vs. leisure time and physical fitness



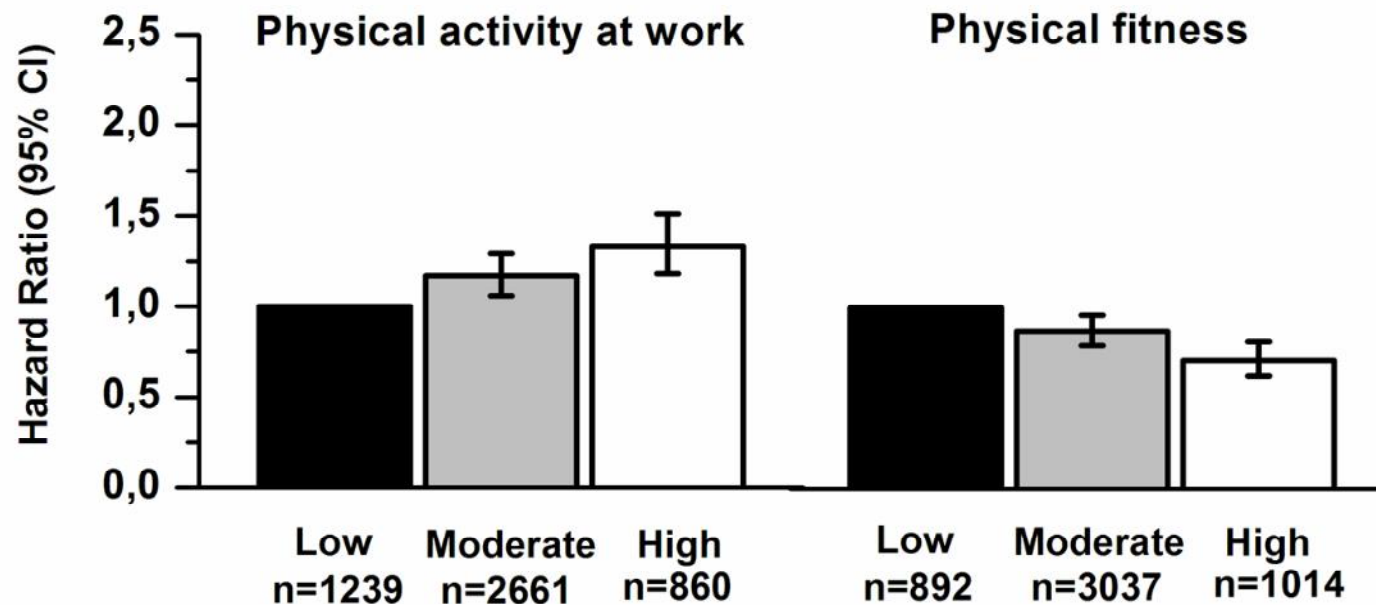
Ischemic heart disease mortality



Cox's proportional hazards regression model controlled for Age, BMI, systolic BP, diastolic BP, diabetes (treatment for), hypertension (treatment of), alcohol use, smoking (current, never, previous), physical activity at work or physical fitness.



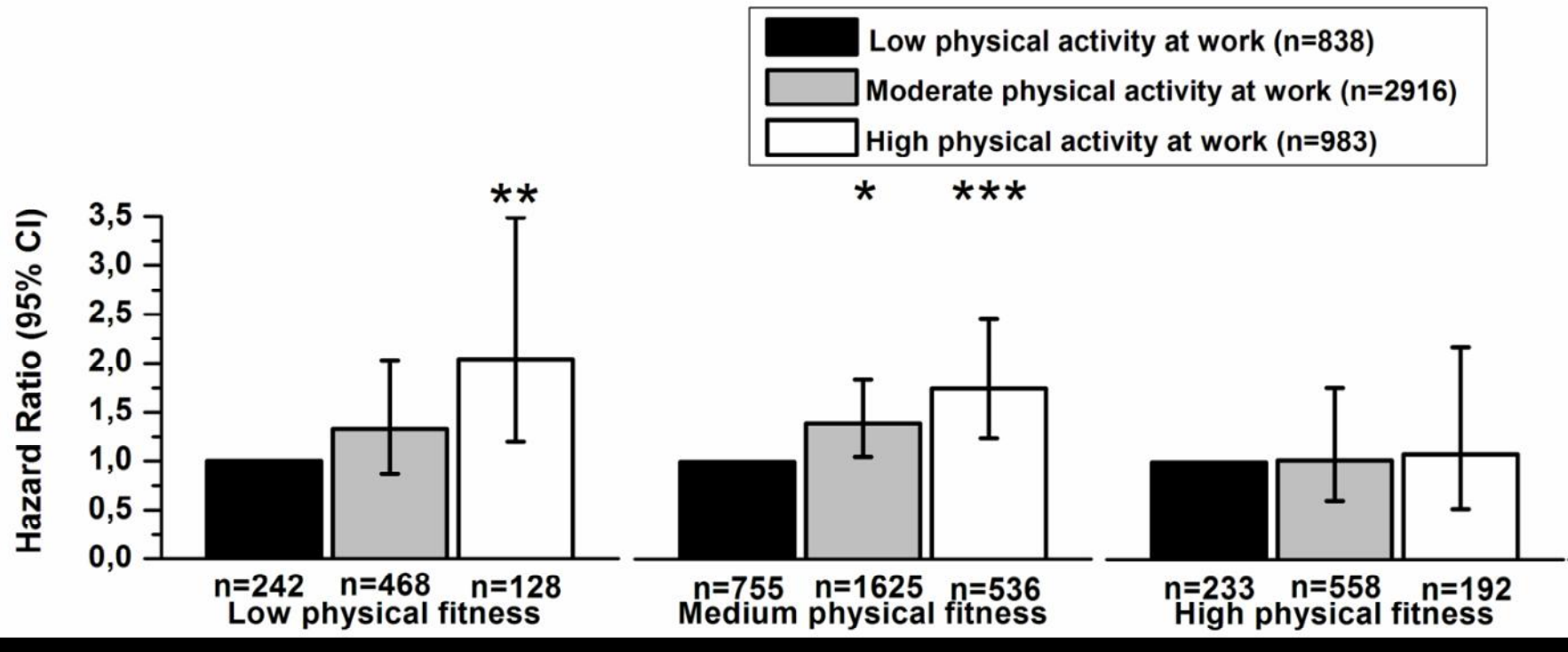
All-cause mortality



Cox's proportional hazards regression model controlled for Age, BMI, systolic BP, diastolic BP, diabetes (treatment for), hypertension (treatment of), alcohol use, smoking (current, never, previous), physical activity at work or physical fitness.



Ischemic heart disease mortality



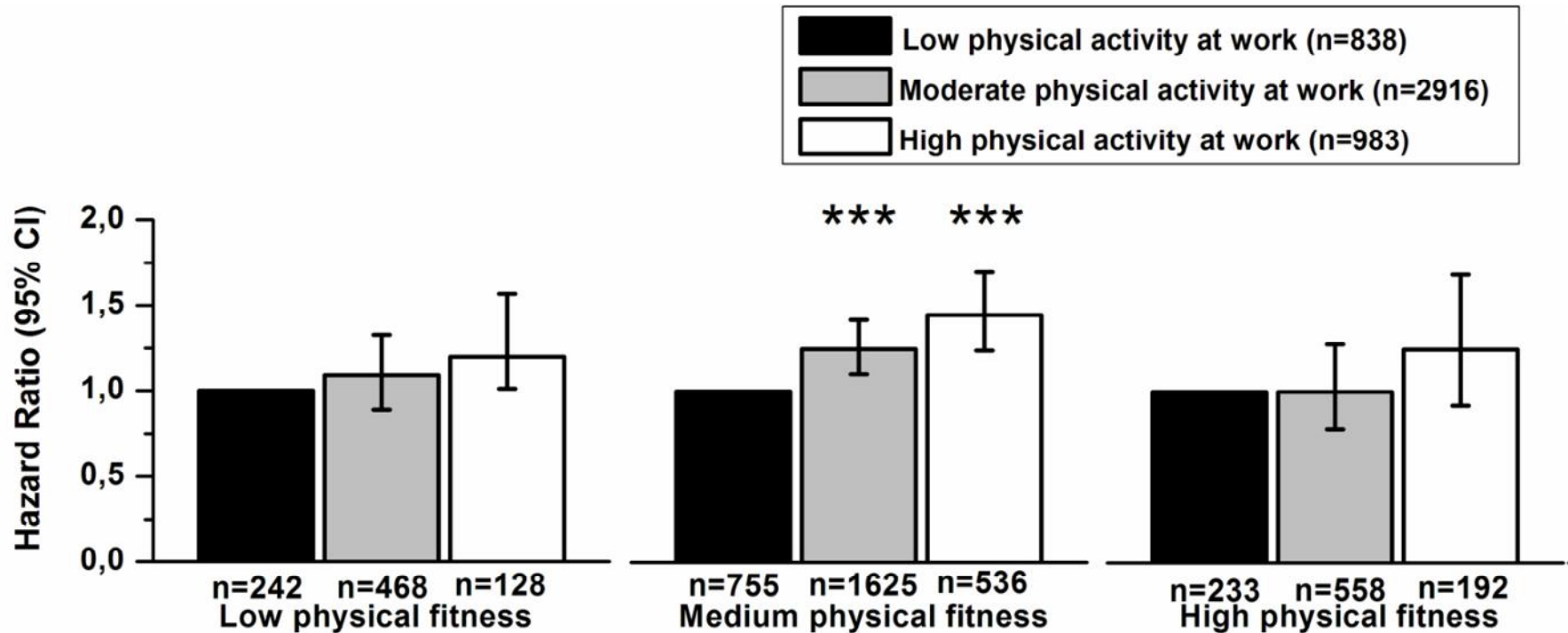
Cox's proportional hazards regression model controlled for BMI, systolic BP, diastolic BP, diabetes (treatment for), hypertension (treatment of), alcohol use, and smoking (current, never, previous).

*: $p < 0.05$; **: $p < 0.01$; ***: $p < 0.001$



NATIONAL RESEARCH CENTRE
FOR THE WORKING ENVIRONMENT

All-cause mortality



Cox's proportional hazards regression model controlled for BMI, systolic BP, diastolic BP, diabetes (treatment for), hypertension (treatment of), alcohol use, and smoking (current, never, previous).

*: $p < 0.05$; **: $p < 0.01$; ***: $p < 0.001$

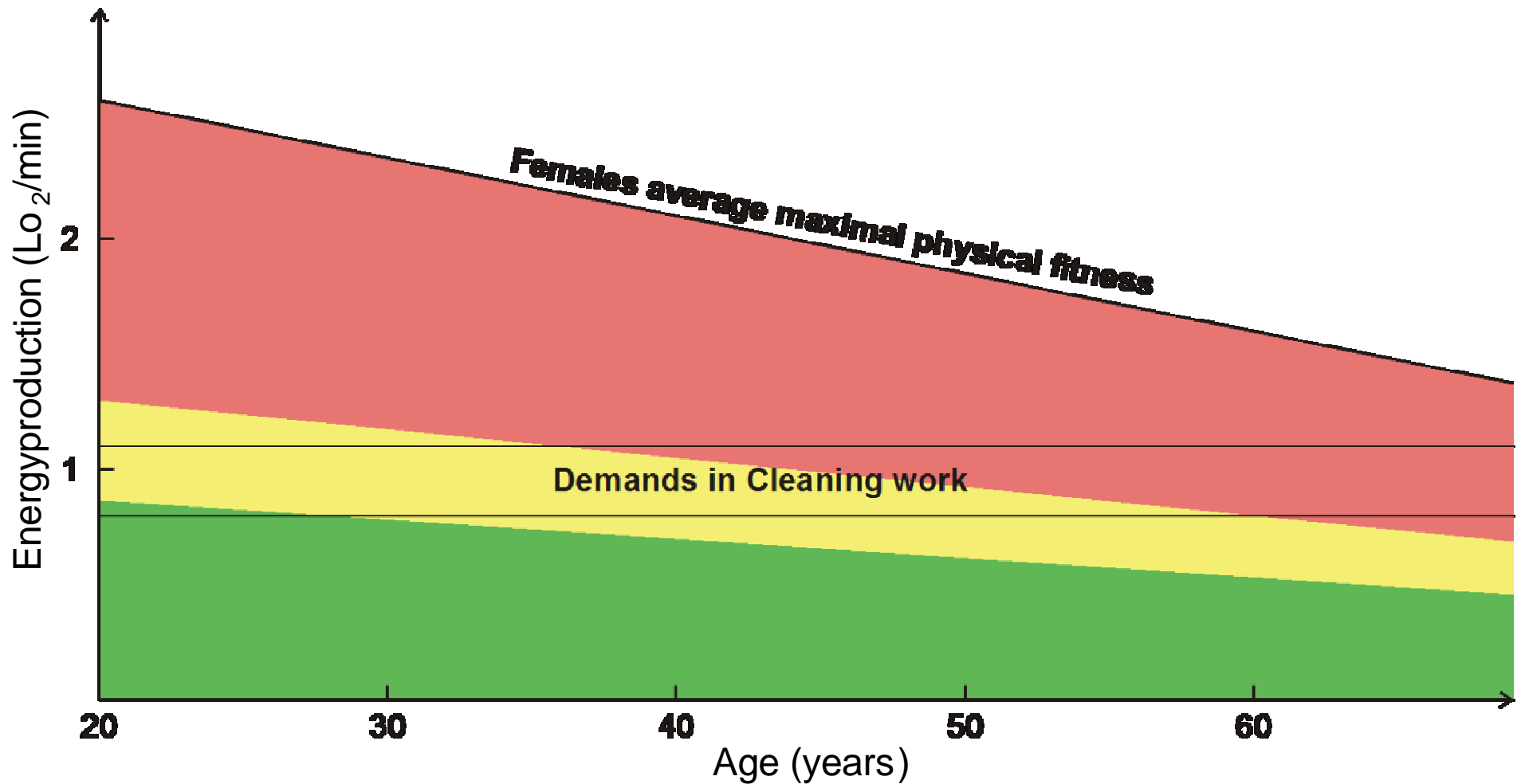


Diskussion

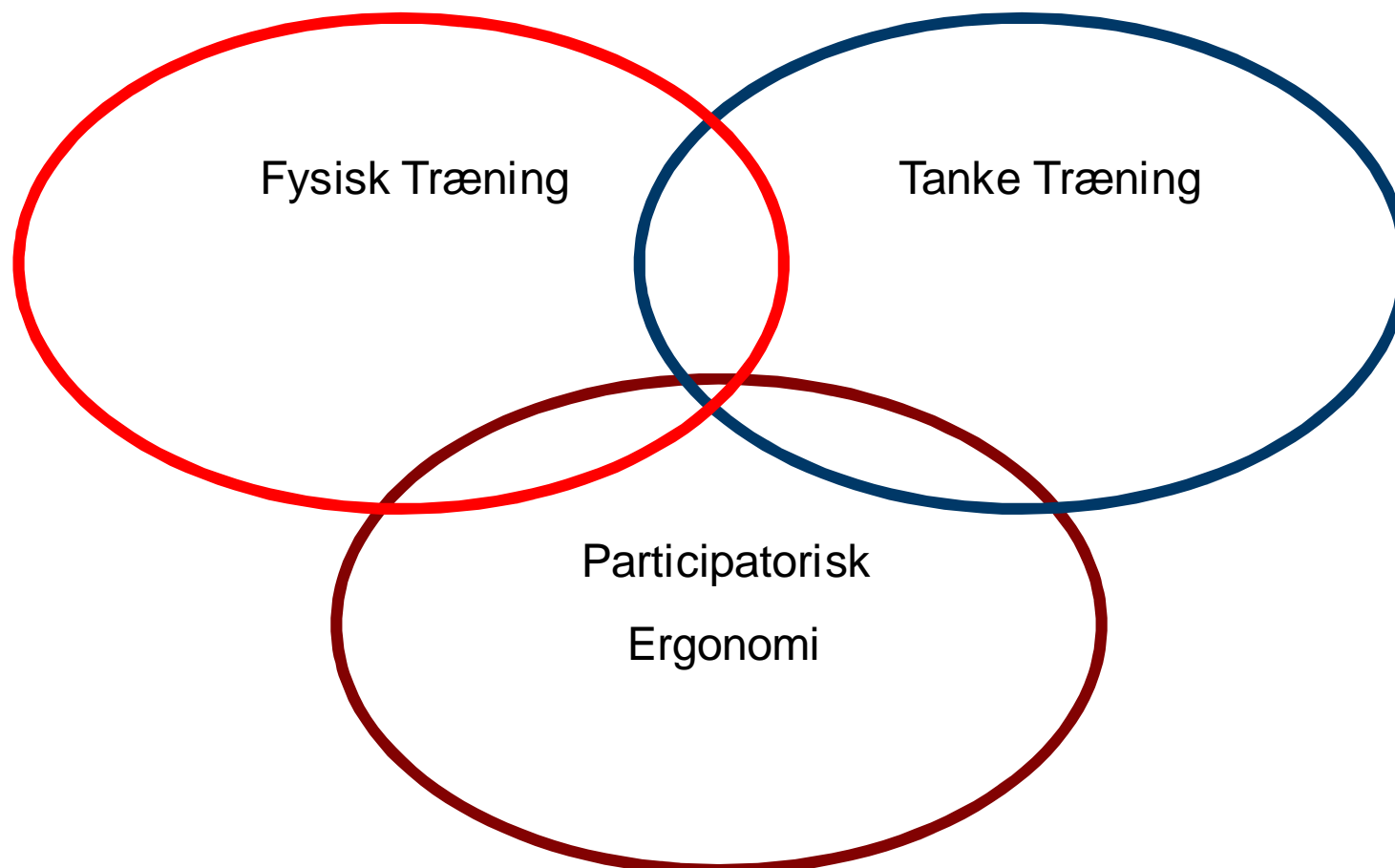
- “ Høje fysiske krav på arbejdet synes ikke lede til bedre fitness
- “ Støtte for den klassiske opfattelse at god fitness er en vigtig individuel resource for at have et fysisk krævende job
- “ Personer med fysisk krævende arbejde bør være veltrænede



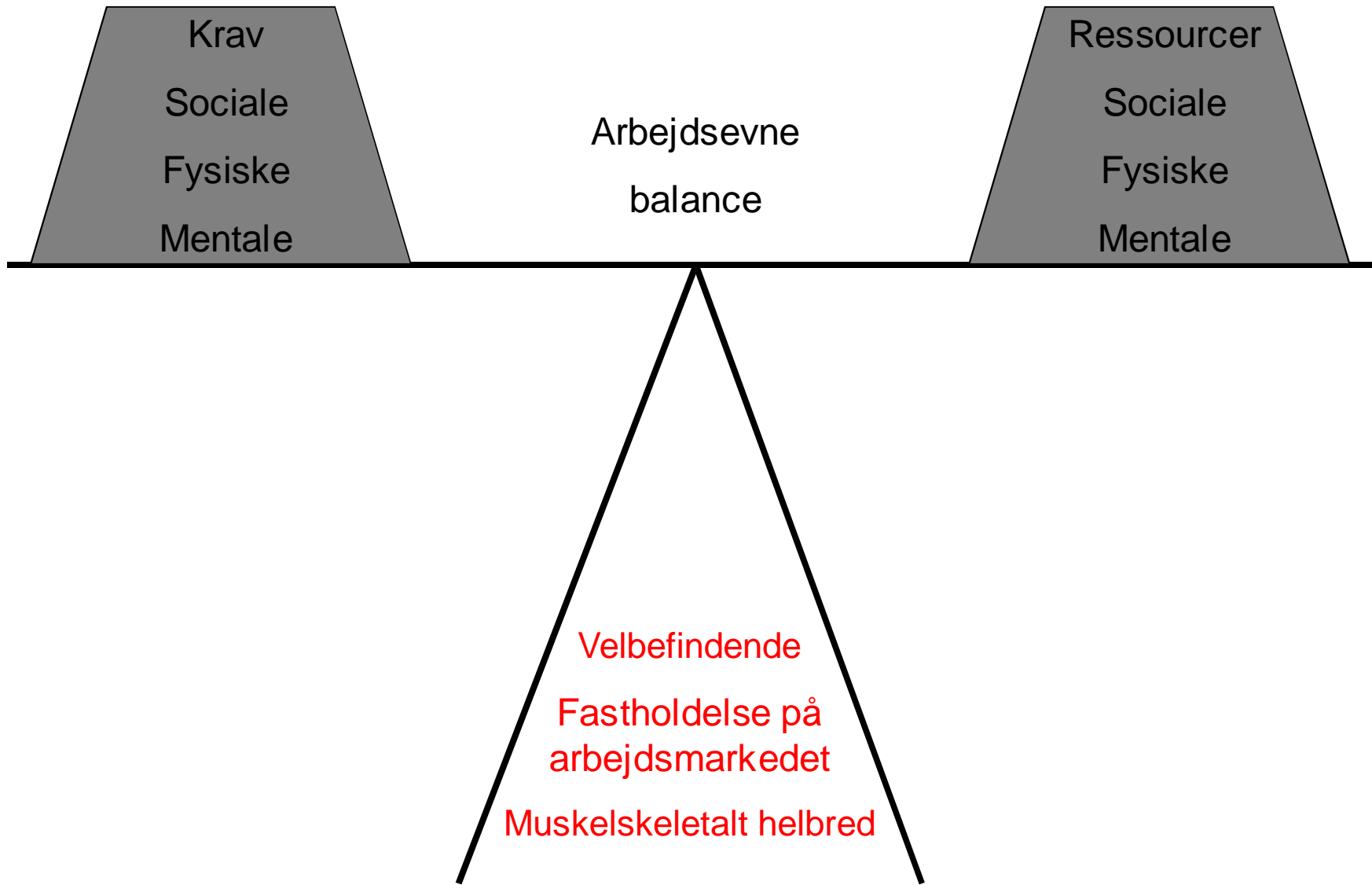
Physical demands and resources



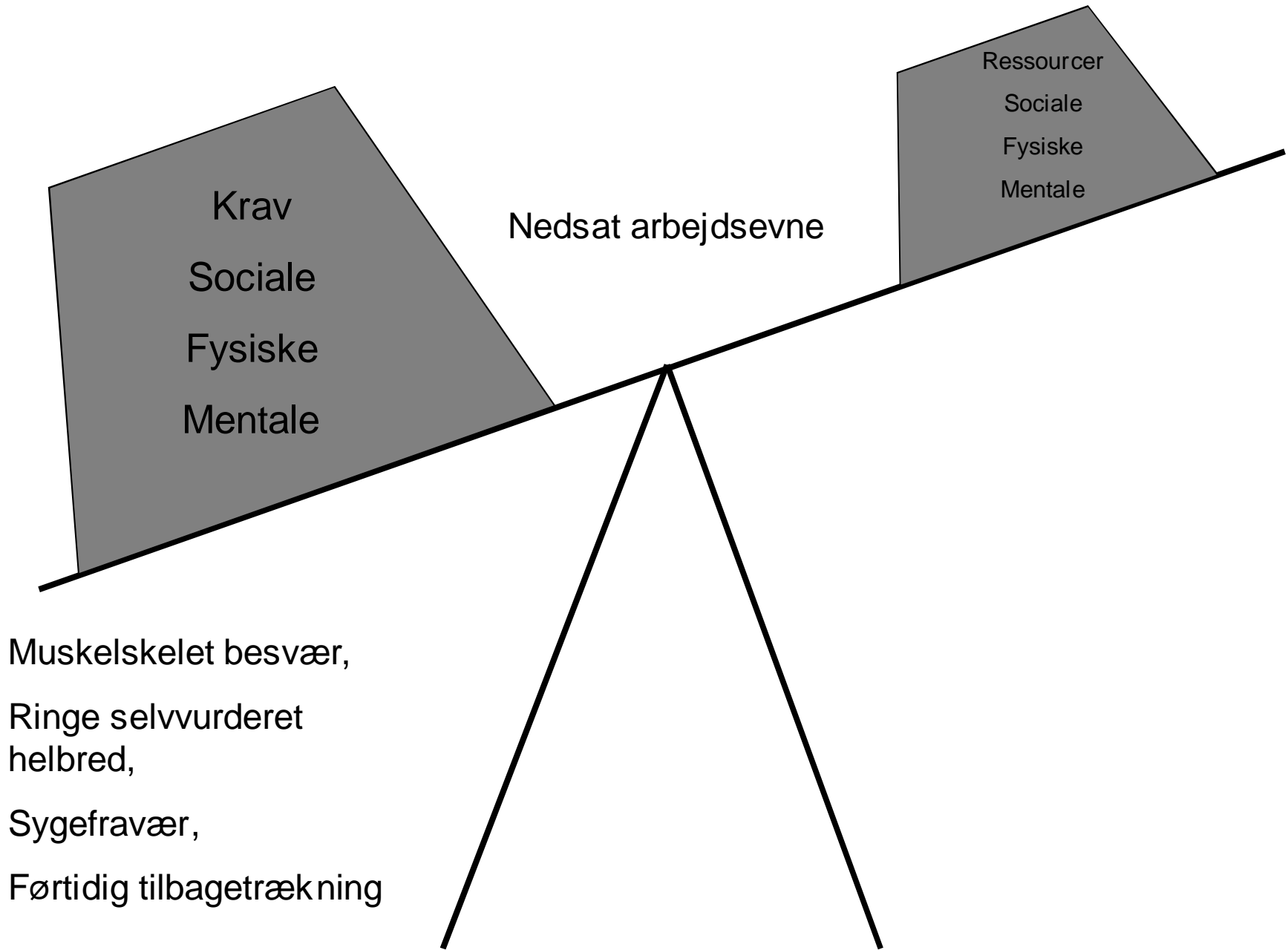
Forebyggelseskoncept



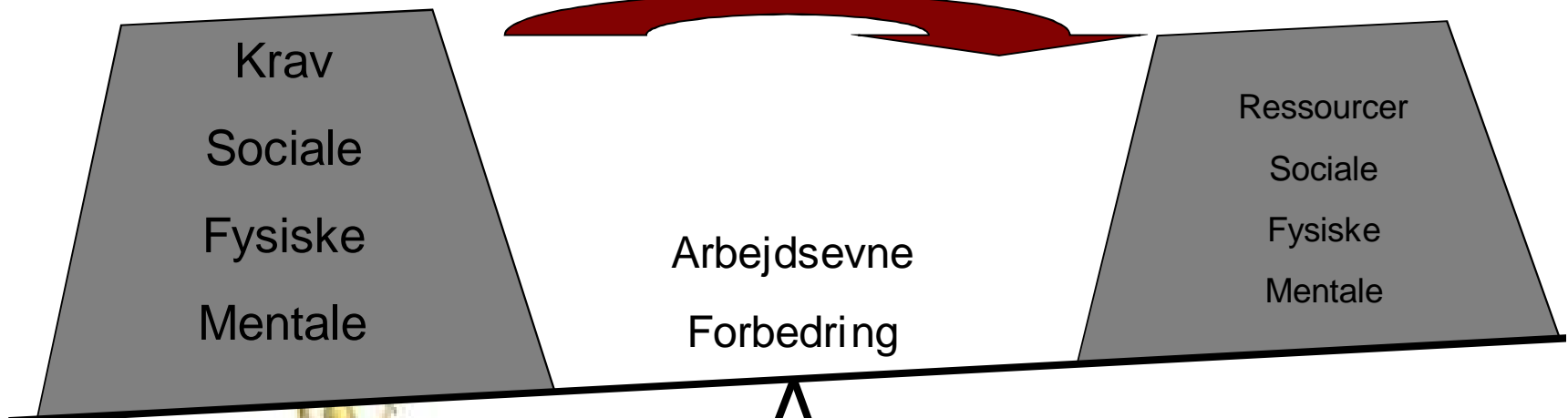
Arbejdsevne



Arbejdsevne



Arbejdsevne



Participatisk
ergonomi



Muskelskelet besvær,
Ringe selvvurderet
helbred,
Sygefravær,
Førtidig tilbagetrækning

Arbejdsevne

