

# HÅLLBART ARBETSLIV I EN ÅLDRANDE BEFOLKNING

FÖRVÄNTAD FRISK LIVSLÄNGD I ÅLDRARNA 50-75 ÅR



**NYA DATA VISAR ATT PERSONER SOM ARBETAR I STRESSIGA OCH FYSISKT PÅFRESTANDE ELLER FARLIGA ARBETEN FÖRVÄNTAS LIDA AV OHÄLSA UNDER FLER ÅR EFTER ATT DE FYLLT 50.**

# SAMMANFATTNING

Det är känt att fysisk och psykosocial arbetsmiljö påverkar hälsan i livets senare del, men hur mycket påverkas den friska livslängden? Genom att använda longitudinella data från flera europeiska länder har ett internationellt forskarlag nu kunnat beräkna hur länge män och kvinnor från 50 till och med 75 år kan förväntas leva med god hälsa, beroende på om de haft ett stressigt, fysiskt krävande eller farligt arbete eller ej.

Sambandet mellan arbetsförhållanden och total förväntad livslängd var svagt för denna åldersgrupp, däremot observerades skillnader i den friska förväntade livslängden, det vill säga det antal år man kan förväntas leva med god hälsa. Personer som arbetat med stressiga jobb hade i genomsnitt två år mindre av god hälsa från 50 till och med 75 års ålder. Fysiskt skadliga arbetsförhållanden hängde samman med en minskning av friska år på mellan sex månader och tre år, beroende på vilken typ av exponering det var frågan om.

Tillsammans med annan evidens visar undersökningens resultat att förbättrade arbetsförhållanden skulle kunna öka antalet friska år i livets senare del.

## INLEDNING

Många allvarliga sjukdomar kan numera förhindras, botas eller hållas under kontroll, något som leder till bättre hälsa och ökad förväntad livslängd. Dock medför stigande medelålder att antalet personer med kroniska sjukdomar ökar. Mot bakgrund av detta är det bekymmersamt att vi vet relativt lite om hur arbetsmiljön påverkar det hälsosamma åldrandet. Inom ramen för detta projekt har en internationell grupp av forskare undersökt huruvida psykosociala och fysiska arbetsförhållanden kan kopplas till hur länge äldre personer lever med god hälsa.

Mer specifikt använder sig projektet av konceptet frisk livslängd, det vill säga ett mått som kombinerar information om såväl ohälsa som mortalitet för att prognostisera hur många friska år som människor kan förväntas få från 50 till och med 75 års ålder. Forskarna i studien undersökte vidare om antalet friska år påverkades av psykosociala och fysiska arbetsförhållanden.

## FAKTARUTA

Deltagare i longitudinella studier i såväl England, Finland, Frankrike och Sverige har regelbundet fyllt i frågeformulär om sin hälsa och sina arbetsförhållanden. Denna information har gett forskarlaget möjlighet att följa förändringar i deltagarnas hälsa i övergången från medelålder till livets senare del. Därigenom har det gått att estimerat sannolikheten att människors hälsa, från ett år till ett annat, förändras från god till dålig eller omvänt, alternativt att de dör. Genom att slå ihop all denna data för varje par av år kunde forskarlaget utarbeta en modell för att beräkna hur stor del av en femtioårig persons liv som denne kan räkna med att ha god hälsa, alltså personens "friska livslängd" upp till 76 års ålder.

De kohorter som studien bygger på är den engelska *Whitehall II*, bestående av offentliganställda i London; *Finnish Public Sector*, bestående av anställda i en rad finska kommuner och sjukvårdsdistrikt; den franska *GAZEL-studien*, bestående av anställda i det tidigare statliga franska energibolaget EDF-GDF; samt *SLOSH*, ursprungligen bestående av ett representativt tvärsnitt av den svenska arbetskraften. Efter som dessa fyra kohorter fokuserar på arbetsförhållanden så är antalet deltagare över 75 år fortfarande för litet för att kunna göra uppskattningar av förväntad livslängd bortom denna ålder.

# ATT MÄTA ARBETSFÖRHÅLLANDEN OCH HÄLSA

I denna forskningssammanställning presenteras resultat för fyra olika typer av fysiska arbetsexponeringar. Detaljerade mätningar av fysiska arbetsförhållanden fanns tillgängliga endast i den franska GAZEL-studien, där arbetare från gas- och elsektorn ingår. Deltagarna angav vilken nivå av upplevd ergonomisk påfrestning de exponerades för genom att ange om deras arbete innebär att utsättas för något av följande: långvarigt stående arbete; annan långvarig påfrestande arbetsställning; långa, ofta förekommande eller hastiga förflyttningar i fordon; tunga lyft; eller vibrationer. Måttet på upplevd fysisk fara bildades av deltagarnas rapporter om exponering för någon av följande fysiska faror under arbetets utförande: inandning av gas, allvarliga fallolyckor, mindre allvarliga fallolyckor, skador orsakade av maskiner, brännskador, frätskador eller trafikolyckor. Frånvaro på grund av arbetsplatskada inhämtades från arbetsgivaren för större delen av anställningen, så även ackumulerad kemikalieexponering, där 40 olika cancerogena kemikalier ingick i mätningen.

Från samtliga fyra kohorter fanns mått på psykosociala arbetsexponeringar. Dessa mättes i enlighet med krav-kontrollmodellen, vars övergripande utgångspunkt är att påverkan av de krav som ställs på en medarbetare modifieras av hur mycket kontroll över sitt arbete denne har. Enligt denna teori är risken för att utveckla ohälsa större för anställda som har spänt arbete, det vill säga höga krav och låg kontroll. De som rapporterat spänt arbete har konsekvent jämförts med alla andra inom varje studie.

Hälsa mättes genom att deltagarna fick skatta sin egen hälsa med frågor liknande denna: "Hur bedömer du din generella hälsa? Mycket bra, ganska bra, varken bra eller dålig, ganska dålig, mycket dålig." De individer som skattat sin hälsa som mycket bra eller ganska bra klassificerades som varande vid god hälsa, medan resten klassificerades som varande i ohälsa.

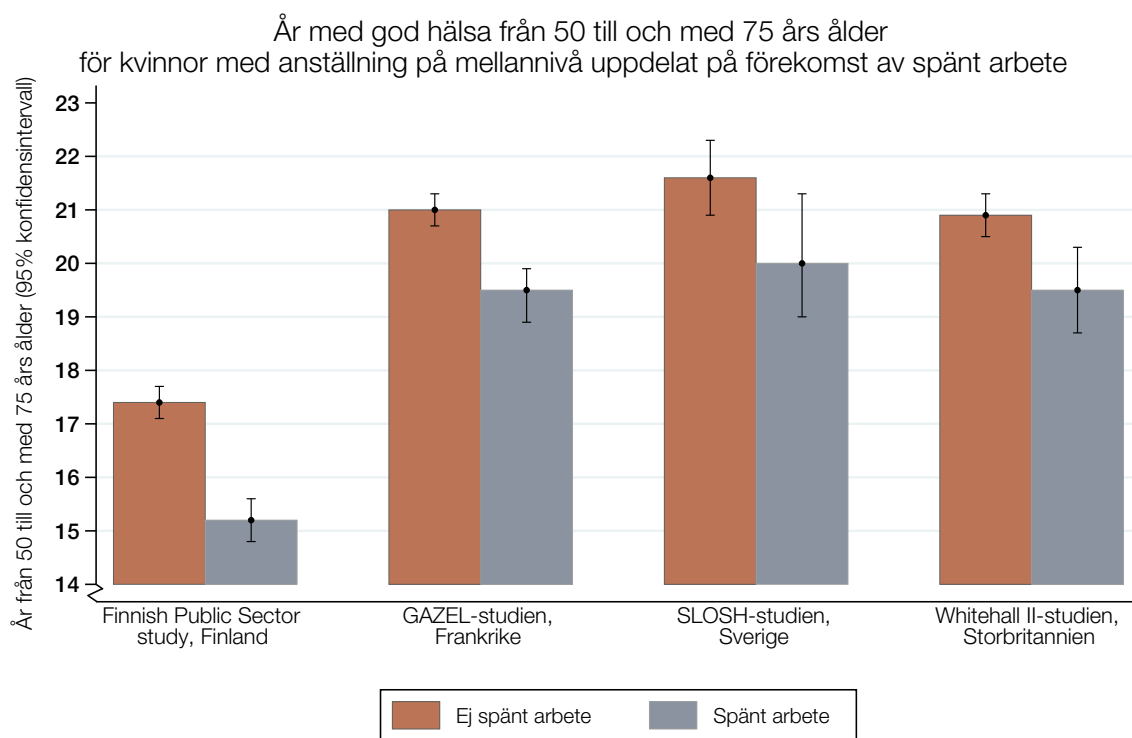


# RESULTAT

Den totala förväntade livslängden från 50 till och med 75 års ålder verkar inte variera beroende på hög eller låg exponering för olika psykosociala och fysiska arbetsförhållanden. Däremot fanns det samband mellan såväl psykosociala och fysiska arbetsförhållanden och det förväntade antalet år med god hälsa. Forskarna fann liknande resultat i alla fyra länder, även när modellen justerats för socialgrupp.

## FIGUR 1

Spänt arbete och det antal år i åldern 50 till 75 år som kvinnor kan förväntas leva med god hälsa, uppdelat på kohort och därmed också land



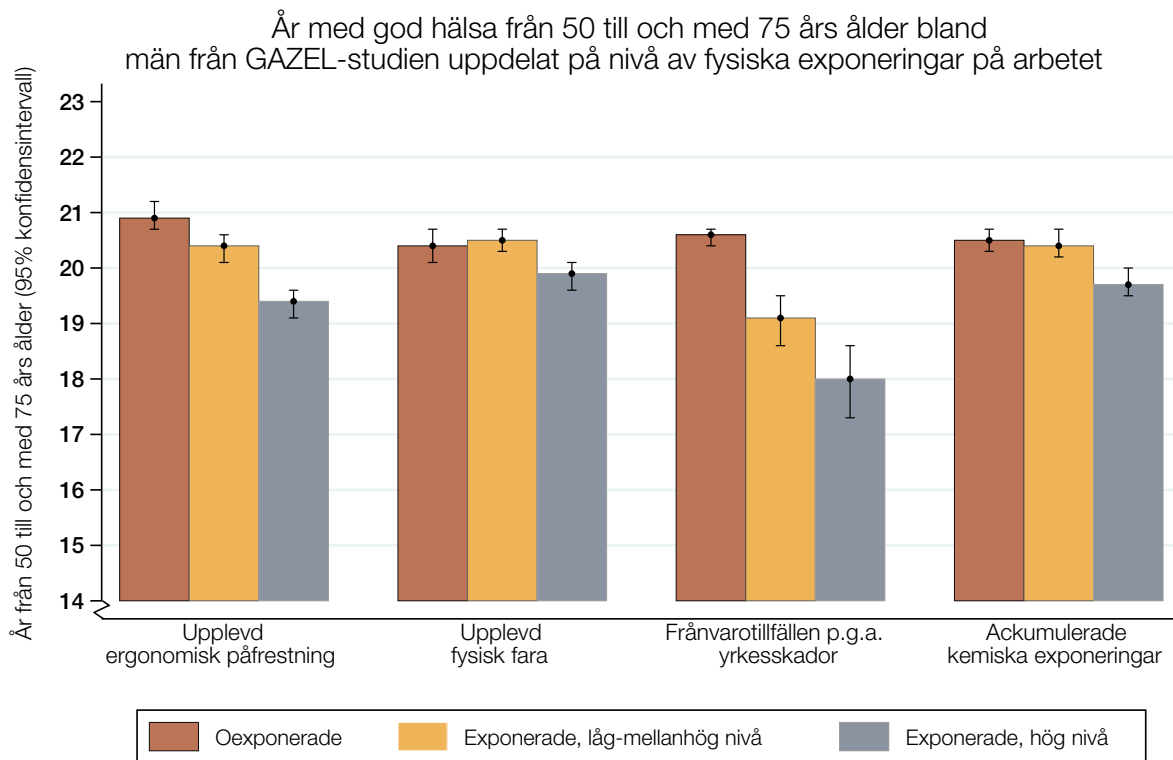
Figur 1 visar antalet år från 50 till och med 75 års ålder (en period på 26 år) som en kvinna med ett arbete som lägre tjänsteman inom respektive kohort kan förväntas leva med god hälsa. Ser man till resultaten från SLOSH, den svenska studien, så kan en kvinna med ett sådant arbete och som inte angett spänt arbete ha 21,5 av 26 år med god hälsa, medan antalet år med god hälsa faller till cirka 20 i gruppen som angett spänt arbete. Liknande skillnader fanns i de andra longitudinella studierna.

Markeringarna i toppen av staplarna visar 95 % konfidensintervall, och kvantifierar den osäkerhet som finns kring resultaten i studierna eftersom dessa är baserade på ett urval istället för totalpopulationen.

En liknande analys gjordes även för män samt för arbetare och högre tjänstemän i respektive kohort och gav liknande resultat (vilka kommer att publiceras i en kommande artikel av Magnusson Hanson m.fl.).

## FIGUR 2

Påfrestande och farligt arbete och antal år med god hälsa som män mellan 50 och 75 år kan förväntas få, GAZEL kohorten



Figur 2 visar antalet år med god hälsa som en man i den franska GAZEL kohorten kan förväntas få från 50 till och med 75 års ålder, beroende på exponering för fysiskt påfrestande eller farliga arbetsförhållanden. Av de maximalt 26 år som är teoretiskt möjliga så kan en manlig anställd som inte utsatts för upplevd ergonomisk belastning förvänta sig nära 21 år med god hälsa. Denna siffra faller till under 19,5 år för män som angett hög ergonomisk belastning inom yrket. För två av de olika exponeringarna, upplevd ergonomisk belastning och sjukfrånvaro på grund av arbetsplatsolycka, går det att se en gradient i sambandet.

## SLUTSATSER

Genom att använda avancerade statistiska modeller och unika longitudinella data från fyra länder i Västeuropa kunde studien visa att dåliga fysiska och psykosociala arbetsförhållanden har samband med ett minskat antal år efter 50 års ålder som en person kan förväntas ha god hälsa. Dessa slutsatser är korrelationer i observerade data, så det går inte att säkert uttala sig om kausalitet. Dock är dessa resultat i linje med annan evidens som pekar på negativa hälsoeffekter av dåliga fysiska och psykosociala arbetsförhållanden. Denna studie har syftat till att kvantifiera dessa effekter i termer av förväntad livslängd. Tillsammans med andra studier pekar studien på att förbättrade arbetsförhållanden skulle kunna öka antalet år en person får uppleva god hälsa under livets senare del.

Dålig hälsa under livets senare del inverkar negativt på individens livskvalitet, och påverkar dessutom samhället i stort genom ökade vårdkostnader och minskat arbetskraftsdeltagande i denna åldersgrupp. Detta indikerar att interventioner för att förbättra de psykosociala och fysiska arbetsförhållandena för medelålders personer skulle kunna gynna såväl individerna som samhället i stort.

# REFERENSER

*Magnusson Hanson LL, Westerlund H, Singh Chungkham H, Vahtera J, Rod NH, Alexanderson K, Goldberg M, Kivimäki M, Stenholm S, Platts LG, Zins M & Head J.* Loss of healthy life years between ages 50 to 75 attributed to job strain: Analyses of 64,533 individuals from four prospective cohort studies. ***Manuscript submitted for publication.***

*Platts LG, Head J, Stenholm S, Singh Chungkham H, Zins M & Goldberg M.* Physical occupational exposures and health expectancies in a French occupational cohort. ***Occupational and Environmental Medicine, online first.*** DOI: [10.1136/oemed-2016-103804](https://doi.org/10.1136/oemed-2016-103804)

# KONTAKT

Webbplats: [www.idear-net.net](http://www.idear-net.net)

Följ oss på Twitter: [@IDEARNetwork](https://twitter.com/IDEARNetwork)

# IDEAR NETWORK PARTNERS

## Danmark:

Docent *Naja Hulvej Rod*, Dept of Public Health, University of Copenhagen, [publichealth.ku.dk](http://publichealth.ku.dk)

## Finland:

Prof. *Sari Stenholm*, Unit of Public Health, University of Turku, [www.utu.fi/en/units/med/units/public\\_health](http://www.utu.fi/en/units/med/units/public_health)

## Frankrike:

Prof. *Marcel Goldberg* & Prof. *Marie Zins*, Inserm, UMS 011, [www.gazel.inserm.fr](http://www.gazel.inserm.fr)

## Sverige:

Prof. *Hugo Westerlund*, Stressforskningsinstitutet, Stockholms universitet, [www.stressforskning.su.se](http://www.stressforskning.su.se)

## Storbritannien:

Prof. *Jenny Head*, Dept of Epidemiology and Public Health, UCL, [www.ucl.ac.uk/epidemiology](http://www.ucl.ac.uk/epidemiology)

