

Stress – en ny udfordring

Dansk Selskab for Arbejds- og Miljømedicin

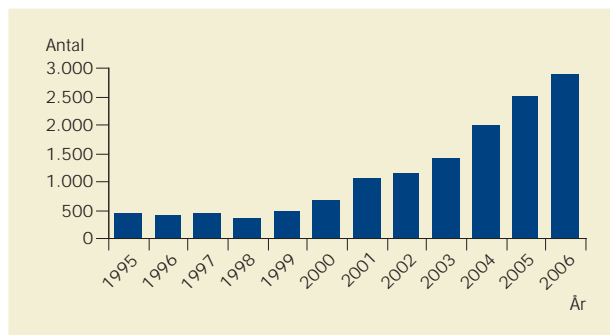
Overlæge Nanna Hurwitz Eller & overlæge Anette Kærgaard

Arbejdet på de arbejdsmedicinske klinikker er karakteriseret ved, at patientsammensætningen ændrer sig over tid. I de senere år har man på klinikkerne oplevet en markant stigning i antallet af patienter med psykiske problemer, en patientgruppe der i 2007 på nogle klinikker udgjorde 20-25%. Hovedparten henvises med stressrelaterede tilstande, enkelte med posttraumatisk stress og nogle med depression. Antallet af anmeldelser til Arbejdsskadestyrelsen vedrørende psykisk sygdom/psykiske gener er tilsvarende steget gennem de seneste ti år (Figur 1).

Årsagerne til denne udvikling er formentlig mange, måske også øget mediebevågenhed. P.t. angiver omkring 10% af den danske befolkning at føle sig stresset i dagligdagen [1]. I andre undersøgelser har man påvist langt højere stressforekomster, hvilket indikerer, at svarene også afspejler, hvordan der spørges. Stress defineres traditionelt som en tilstand, der er karakteriseret af ansæthed og ulyst, [2] og er altså ikke i sig selv en sygdom. Stress er imidlertid associeret med neuroendokrine, immunologiske og autonome ændringer, som over lang tid hos nogle kan øge risikoen for udvikling af f.eks. iskæmisk hjertesygdom [3] og depression. Således påviste man i en nyere dansk undersøgelse, at især oplevelse af vold og trusler hos ansatte inden for uddannelse og sundhed var associeret med øget risiko for udvikling af behandlingskrævende depression eller andre psykiske lidelser [4].

Arbejdsmedicinen udfordres i høj grad af de mange patienter, som oplever sig stressede. Diagnostisk er det en udfordring, idet den oplevede belastning i en given arbejdsituation er individuel, ligesom den også kan variere over tid afhængigt af f.eks. private belastninger. Hertil kommer, at kronisk stress ikke kan måles ved brug af simple metoder, skønt de fysiologiske ændringer synes at være velbeskrevne. Da stresstilstanden er opstået i et samspil mellem individ og arbejdsmiljø, er det vigtigt, at behandlingen tilsvarende rettes mod både individ og arbejdsplads. Mange arbejdsrelaterede faktorer kan være impliceret, bl.a. det »grænseløse arbejde« og krav om konstante forandringer, men også faktorer som oplevet grad af manglende indflydelse, anerkendelse og social støtte [2, 3].

De fleste, der har stressrelaterede symptomer, tager selv initiativ til stressbegrænsende forandringer i dagligdagen. For dem med sværere symptomer viser erfaringer fra stressinterventionsprogrammer, at de bedste resultater opnås, når flere interventionsindsatser kombineres [5].



Figur 1. Anmeldelser af »nervøse tilstande« til Arbejdsskadestyrelsen 1995-2006.

De arbejdsmedicinske klinikker har i forskelligt omfang behandlingstilbud til denne patientgruppe primært i form af samtaler med en læge eller en psykolog. Der arbejdes dog på stadig flere arbejdsmedicinske klinikker på forskningsprojekter vedrørende udvikling af metoder til behandling af patienter med arbejdsrelateret stress.

Stress har betydelige konsekvenser for den ramte, for virksomheden og for samfundsøkonomien. Der er et påtrængende behov for at få et samlet billede af den eksisterende forskning og for at få etableret et videnskabeligt grundlag for såvel forebyggende indsatser og behandlingsinterventioner som beskrivelse af de helbredsmæssige konsekvenser af stress.

Korrespondance: Anette Kærgaard, Arbejdsmedicinsk Klinik, Herning Hospital, DK-7400 Herning. E-mail: hecak@ringamt.dk

Interessekonflikter: Ingen

Litteratur

1. Kjoller M, Juel K, Kamper-Jørgensen F, red. Folkesundhedsrapporten, Danmark 2007. København: SDU, 2007.
2. Netterstrøm B. Stress på arbejdspladsen, årsager, forebyggelse og håndtering. København: Hans Reitzels Forlag, 2002.
3. Stansfeld SA, Marmot MG, red. Stress and the heart. London: BMJ Books, 2007.
4. Wieclaw J, Agerbo E, Mortensen PB et al. Occupational risk of affective and stress-related disorders in the Danish workforce. Scand J Work Environ Health 2005;31:343-51.
5. Van der Klink JJ, Blonk RW, Schene AH et al. The benefits of interventions for work-related stress. Am J Public Health 2001;91:270-6.