

Stress i børnefamilier: Er børnene årsagen?

Cand.scient.san.publ. Rikke Engell,
cand.scient.san.publ. Naja Rod Nielsen &
afdelingslæge Anne-Marie Nybo Andersen

Statens Institut for Folkesundhed, København

Resume

Introduktion: Stress kan have en negativ indvirkning på helbredet, og det er derfor vigtigt at kende risikofaktorer for højt stressniveau. Studier tyder på, at voksne med børn er mere stressede end voksne uden børn, men om det skyldes børnene eller andre forhold er uklart. Formålet med dette studie er at undersøge, om voksne med hjemmeboende børn er mere stressede end voksne uden børn, når der kontrolleres for konfoundere, og om kombinationen af børn og arbejdsugens længde har indflydelse på stressrapporteringen.

Materiale og metoder: Sundheds- og Sygelighedsundersøgelsen 2000 dannede baggrund for analyserne, hvor stress blev målt ved et spørgsmål om deltagerens følelse af stress i dagligdagen. I alt 3.083 mænd og 2.813 kvinder i alderen 25-49 år blev inkluderet. Analyserne blev stratificeret på køn og samlivsstatus, og der blev kontrolleret for alder, socioøkonomisk placering, indkomst og antal timers erhvervsarbejde.

Resultater: Der var ingen forskel i rapporteringen af stress hos mænd og kvinder med og uden børn. Enlige kvinder, der både havde børn og en arbejdsuge på mere end 37 timer, havde et højere stressniveau (odds-ratio: 3,2, 95% konfidensinterval: 1,3-7,8) end enlige kvinder uden børn og en arbejdsuge på 37 timer.

Konklusion: Hjemmeboende børn synes generelt ikke at være årsag til højere rapportering af stress, undtagen hos enlige kvinder med en arbejdsuge på mere end 37 timer.

Stressede personer har mere sygefravær, flere besøg hos praktiserende læge, et højere forbrug af medicin, flere helbredsproblemer [1] og en større risiko for hjerte-kar-sygdomme [2-5] end ikkestressede personer. For at man kan målrette forebyggelsen af stressrelaterede sygdomme, bør risikofaktorer afdækkes, og undersøgelser tyder på, at hjemmeboende børn kan være en risikofaktor for højt stressniveau [6-9]. Det kan enten skyldes, at det er stressende at have børn, eller at voksne med børn oftest er yngre og i starten af deres karriere, hvorved det høje stressniveau kan tilskrives alder eller arbejdsmæssige forhold. Der er ikke taget højde for alder og arbejdsmæssige faktoreres indvirkning på stressniveauet i de studier, der hidtil har identificeret børn som risikofaktor for stress [6-9]. Vi har kun fundet et studie, hvori indvirkning af alder og arbejdsmæssige variable inddrages, og her har børn ikke nogen selvstændig indvirkning på stressniveauet [10]. Kombinationen af hjemmeboende børn og store krav på arbejdsmarkedet kan tænkes at have en forstærkende effekt på

stressniveauet. I et mindre studie blandt funktionærer har man undersøgt dette og kun fundet en forstærkende effekt hos mænd [11].

Formålet med dette studie er at undersøge, om hjemmeboende børn er associeret med øget rapportering af selv vurderet stress hos kvinder og mænd, når der samtidig kontrolleres for alder, socioøkonomisk placering, indkomst og antal timers erhvervsarbejde. Samspillet mellem hjemmeboende børn og arbejdsugens længde på stressrapporteringen vil også blive undersøgt.

Materiale og metoder

Sundheds- og Sygelighedsundersøgelsen i 2000 (SUSY2000) er en tværsnitsundersøgelse af en repræsentativ stikprøve af den danske befolkning, hvor 22.741 tilfældigt udvalgte danske statsborgere på 16 år og derover blev udtrukket fra Det Centrale Personregister. Heraf deltog i alt 16.690 personer. I nærværende studie blev der kun anvendt data fra deltagere i alderen 25-49 år (n = 7.357). Deltagere, der selv boede hos forældre (n = 48) eller var bosiddende på institution eller i kollektiv (n = 22), blev ekskluderet. Såfremt spørgsmålene om socioøkonomisk placering (n = 4), husstandens indkomst (n = 510) og antal timers erhvervsarbejde (n = 877) ikke var besvaret, blev deltagerne ligeledes ekskluderet. I analyserne blev der således inkluderet 5.896 personer, heraf 3.083 mænd og 2.813 kvinder.

Stressrapportering blev målt ved spørgsmålet: »Føler De Dem stresset i dagligdagen?« med svarmulighederne: »Ja, ofte«, »Ja, af og til« og »Nej (næsten aldrig)«. Deltagere, der angav ofte at være stressede, blev defineret som havende høj stressrapportering. De resterende to svarkategorier blev betragtet som ikkestressede.

Hjemmeboende børn blev belyst ved spørgsmålet: »Hvor mange børn på 15 år og derunder bor der i denne husstand?«, og deltagerne blev kategoriseret efter, hvorvidt de havde hjemmeboende børn eller ej, samt efter antallet af børn.

Sammenhængen mellem stressrapporteringen og kombinationen af at have børn og længden af arbejdsugen blev undersøgt ved hjælp af en variabel med kategorierne: ingen børn + < 37 timer/uge, børn + < 37 timer/uge, ingen børn + 37 timer/uge, børn + 37 timer/uge, ingen børn + > 37 timer/uge og børn + > 37 timer/uge.

Statistik

Analyserne blev foretaget i SAS version 8.2 med brug af logistisk regression. Alle analyserne var stratificeret på køn og samlivsstatus.

Følgende blev inddraget som kontrolvariable: alder, socio-

VIDENSKAB OG PRAKSIS | ORIGINAL MEDDELELSE

økonomisk placering og husstandens samlede indkomst. Såfremt den forklarende variabel var hjemmeboende børn og ikke kombinationen af børn og arbejdsuge, blev der ligeledes kontrolleret for antal timers erhvervsarbejde. Udvælgelsen af kontrolvariable skete med udgangspunkt i definitionen af konfoundere, hvor effekten på stressrapporteringen og sammenhængen med hjemmeboende børn blev undersøgt ved hjælp af krydstabeller, og hvor det blev antaget, at kontrolvariablene ikke var en del af årsagskæden mellem den undersøgte association: at have børn og høj rapportering af stress. Uddannelsesniveau blev også undersøgt som mulig kontrolvariabel, men på grund af kollinearitet mellem uddannelse og socioøkonomisk placering, en stor andel af manglende besvarelser og ingen selvstændig indvirkning på estimaterne for stressrapportering blev denne variabel ikke inkluderet som kontrolvariabel i den endelige model. Alle kontrolvariablene blev inddraget som kategoriske variable opdelt i strata som vist i **Tabel 1**.

Tabel 1. Deltagere i Sundheds- og Sygelighedsundersøgelsen 2000 i alderen 25-49 år og procentandel med højt stressniveau, fordelt på familietype, alder, socioøkonomisk placering, husstandens indkomst pr. år og timer erhvervsarbejde pr. uge. Stratificeret på køn.

	Mænd		Kvinder	
	n	% ^a	n	% ^a
I alt	3.083	11	2.813	13
<i>Familietype</i>				
Enlig uden børn	578	11	308	16
Enlig med børn	36	11	187	20
Par uden børn	827	11	768	13
Par med børn	1.642	11	1.550	13
<i>Alder, år</i>				
25-29	535	10	482	12
30-34	619	10	569	13
35-39	614	12	592	14
40-44	643	12	592	15
45-49	672	11	578	14
<i>Socioøkonomisk placering</i>				
Selvstændig uden ansat	146	9	89	16
Selvstændig med ansat	208	18	56	21
Funktionær I	476	13	225	15
Funktionær II	760	13	934	16
Funktionær III	407	11	892	10
Faglært arbejder	447	7	139	18
Ikkefaglært arbejder	524	7	335	8
Under uddannelse	93	12	104	16
På overførselsindkomst	19	5	17	12
Andre	3	0	22	18
<i>Husstandens indkomst pr. år, kr.</i>				
<250.000	414	9	422	16
250.000-499.000	1.439	10	1.237	12
≥500.000	1.230	13	1.154	14
<i>Erhvervsarbejde pr. uge, timer</i>				
<20	67	13	84	11
20-29	42	10	269	7
30-36	106	5	584	13
37	1.294	8	1.322	12
38-49	891	11	434	18
≥50	683	17	120	31

a) Med højt stressniveau.

Resultater

11% af mændene og 13% af kvinderne rapporterede, at de ofte var stressede i dagligdagen (Tabel 1). De grupper, der rapporterede om mest stress, var mænd og kvinder, der var selvstændige med ansatte og havde mere end 50 timers arbejde om ugen. Mænd, der var 35-44 år, og boede i en husstand med en samlet indkomst på ≥ 500.000 kr. havde højest stressrapportering. De mest stressede grupper blandt kvinderne var enlige med børn, kvinder på 40-44 år, og kvinder, der angav husstandens indkomst til < 250.000 kr.

Mænd, der levede i par med børn, havde ikke højere stressrapportering end mænd i par uden børn (Tabel 2). Enlige fædre rapporterede heller ikke om mere stress end enlige mænd uden børn. Blandt kvinder, der levede i parforhold, var der ikke forskel i rapporteringen af stress mellem kvinder med og uden børn. Derimod rapporterede enlige mødre om lidt mere stress end enlige kvinder uden børn, odds-ratio (OR): 1,49 (95% sikkerhedsgrænser (SG): 0,87-2,56) i den kontrolrede model.

Fædre, der levede i parforhold og havde en arbejdsuge på mindre end 37 timer, havde en lidt højere stressrapportering. Derudover havde kombinationen af at have børn og arbejdsugens længde ikke nogen betydning for rapporteringen af stress hos mænd i parforhold, mens en arbejdsuge på mere end 37 timer i sig selv medførte en lidt højere stressrapportering (Tabel 3). For enlige mænd uden børn var en arbejdsuge på mere end 37 timer associeret med en markant højere

Tabel 2. Sammenhængen mellem at have hjemmeboende børn og højt selv-vurderet stressniveau blandt 3.083 danske mænd og 2.813 kvinder i alderen 25-49 år. Stratificeret på køn og samlivsstatus.

	Mænd			
	n	% ^a	rå odds-ratio (95% CI)	multikontrolleret odds-ratio ^b (95% CI)
<i>I parforhold</i>				
Uden børn	827	11	1 (reference)	1 (reference)
Med børn	1.642	11	1,01 (0,77-1,32)	0,97 (0,72-1,30)
<i>Enlig</i>				
Uden børn	578	11	1 (reference)	1 (reference)
Med børn	36	11	0,99 (0,34-2,88)	0,80 (0,26-2,48)
<i>Kvinder</i>				
<i>I parforhold</i>				
Uden børn	768	13	1 (reference)	1 (reference)
Med børn	1.550	13	1,01 (0,78-1,32)	1,00 (0,74-1,36)
<i>Enlig</i>				
Uden børn	308	16	1 (reference)	1 (reference)
Med børn	187	20	1,34 (0,83-2,15)	1,49 (0,87-2,56)

a) Med højt stressniveau.

b) Kontrolleret for alder, socioøkonomisk placering, husstandens indkomst og antal timers erhvervsarbejde.

CI = konfidensinterval.

VIDENSKAB OG PRAKSIS | ORIGINAL MEDDELELSE

stressrapportering, hvor børnene så ud til at mindske effekten på rapporteringen af stress hos enlige fædre med en arbejdsuge på mere end 37 timer. Denne gruppe var dog meget lille ($n = 18$). Børn havde ingen indflydelse på stressrapporteringen hos kvinder i parforhold, uanset arbejdsugens længde, eller hos enlige kvinder, der havde en arbejdsuge på mindre end 37 timer, men enlige mødre med en arbejdsuge på 37 timer rapporterede om lidt mere stress. Havde de enlige kvinder både børn og en arbejdsuge på mere end 37 timer, rapporterede 29% ofte om at være stressede, og disse kvinder havde en OR for stress på 3,19 (95% SG: 1,31-7,78) i forhold til enlige kvinder uden børn og med en arbejdsuge på 37 timer.

Antallet af børn havde ikke statistisk signifikant indflydelse på rapporteringen af stress blandt mænd og kvinder, uanset om der var kontrolleret for alder og arbejdsmæssige variable eller ej (resultaterne er ikke vist). Yderligere viste analyser stratificeret på social position, at de fundne resultater var gældende for mænd, der var selvstændige, funktionærer og arbejdere, og for kvinder, der var funktionærer og arbejdere. Blandt selvstændige kvinder var der en tendens til, at mødre havde en lidt højere stressrapportering, men dette blev ikke fundet signifikant (resultaterne er ikke vist).

Diskussion

Generelt var det ikke børnene, men derimod en lang arbejdsuge, der var årsag til højere rapportering af stress blandt 25-49-årige mænd og kvinder. Dog havde børn en forstærkende

effekt på rapporteringen af stress hos enlige mødre med en lang arbejdsuge.

Resultaterne af tidligere studier af sammenhængen mellem børn og stress blandt voksne er ikke konsistente. Fire studier viste, at stressniveauet steg med antallet af børn [8], og at forældre var mere stressede end ikkeforældre [6, 7, 9]. I disse studier var der ikke, som i nærværende undersøgelse, taget højde for betydningen af alder eller arbejde. I to andre studier fandt man, at børn ikke havde selvstændig betydning for stressniveauet [10, 11]. Samtlige af de refererede studier omhandler meget specifikke erhvervsgrupper, henholdsvis ingeniører [7], servicemedarbejdere [6], sygeplejersker [10], ledere [9] og funktionærer [8, 11]. I nærværende studie blev et repræsentativt udsnit af den danske befolkning inddraget, hvorved resultaterne med større sikkerhed kan generaliseres til den danske befolkning. Desuden giver de mange deltagere i undersøgelsen ($n = 5.896$) en større statistisk styrke i analyserne og ikke mindst mulighed for at stratificere på køn og samlivsstatus. Som det fremgår af resultaterne, er der fundet væsentlige forskelle i rapporteringen af stress afhængigt af køn og samlivsstatus.

I et studie med 595 mandlige og 743 kvindelige funktionærer fandt man en højere stressrapportering blandt de mænd, der både havde et stort ansvar for børnene og en arbejdsuge på mere end 50 timer, men ikke blandt kvinderne [11]. Dette resultat står i modsætning til resultatet af nærværende undersøgelse, hvor en forstærkende effekt af hjemme-

Tabel 3. Effekten af kombinationen af at have hjemmeboende børn og arbejdsugens længde på højt selv vurderet stressniveau blandt 3.083 mænd og 2.813 kvinder. Stratificeret på samlivsstatus.

	Mænd								
	mindre end 37 timer/uge			37 timer/uge			mere end 37 timer/uge		
	n	% ^a	multikontrolleret odds-ratio ^b (95% CI)	n	% ^a	multikontrolleret odds-ratio ^b (95% CI)	n	% ^a	multikontrolleret odds-ratio ^b (95% CI)
<i>I parforhold</i>									
Uden børn	76	6,6	0,60 (0,20-1,74)	319	9,4	1 (reference)	432	12,7	1,25 (0,77-2,03)
Med børn	73	12,3	1,28 (0,57-2,89)	708	8,3	0,84 (0,53-1,36)	861	13,0	1,16 (0,73-1,85)
<i>Enlig</i>									
Uden børn	65	6,2	0,73 (0,17-3,16)	250	5,6	1 (reference)	263	17,9	3,92 (1,93-7,96)
Med børn	1	0,0	-	17	5,9	0,89 (0,11-7,40)	18	16,7	2,81 (0,67-11,74)
	Kvinder								
	mindre end 37 timer/uge			37 timer/uge			mere end 37 timer/uge		
	n	% ^a	multikontrolleret odds-ratio ^b (95% CI)	n	% ^a	multikontrolleret odds-ratio ^b (95% CI)	n	% ^a	multikontrolleret odds-ratio ^b (95% CI)
<i>I parforhold</i>									
Uden børn	221	10,4	0,87 (0,50-1,52)	383	11,0	1 (reference)	164	18,9	1,74 (1,03-2,94)
Med børn	582	10,3	0,81 (0,52-1,27)	700	11,9	0,99 (0,65-1,51)	268	19,8	1,90 (1,18-3,05)
<i>Enlig</i>									
Uden børn	74	14,9	1,47 (0,62-3,52)	154	12,3	1 (reference)	80	22,5	1,98 (0,92-4,26)
Med børn	60	15,0	1,38 (0,55-3,44)	85	18,8	1,82 (0,85-3,88)	42	28,6	3,19 (1,31-7,78)

a) Med høj rapportering af stress.

b) Kontrolleret for alder, socioøkonomisk placering og husstandens indkomst.
CI = konfidensinterval.

VIDENSKAB OG PRAKSIS | ORIGINAL MEDDELELSE

boende børn og en lang arbejdsuge kun blev fundet hos enlige kvinder. Forskellen i resultaterne mellem de to studier kan tilskrives de meget forskellige definitioner af at have børn, da det refererede studie omhandler, hvor mange timer om ugen deltageren havde ansvaret for børnene, og nærværende studie blot beskriver, hvorvidt deltageren havde hjemmeboende børn eller ej.

Den oprindelige stikprøve i SUSY2000 bestod af et repræsentativt udsnit af den danske befolkning på 16 år og derover. I nærværende studie inkluderede vi kun de 25-49-årige, og vi ekskluderede *missing* ved kontrolvariablene. Dette vil dog næppe påvirke generaliserbarheden af resultaterne. Det er muligt, at stressede personer generelt fravælger deltagelse i undersøgelser, hvorved en generel underestimering af rapporteringen af stress i denne og andre undersøgelser kunne forventes. Såfremt frafaldet er ligeligt fordelt blandt voksne med og uden børn kan sammenligninger mellem disse grupper forventes at være pålidelige. Vi har ikke mulighed for at undersøge, om dette er tilfældet i det anvendte datamateriale.

Rapporteringen af stress er i dette studie målt ved et spørgsmål om følelsen af stress i dagligdagen. Ulempen ved dette mål for stress er, at det ikke er valideret i den danske befolkning. I tidligere undersøgelser, hvori man anvendte samme data som i nærværende studie, fandt man, at stressede personer, defineret som i dette studie, havde en højere rapportering af en lang række symptomer på stress end ikkestressede personer [1, 12]. Dette indikerer, at stressede personer i nærværende studie kan betragtes som reelt stressede. Samtidig er fordelingen ved det anvendte mål for stress, at et enkelt spørgsmål indfanger individuelle forskelle i både oplevelsen og håndteringen af stress, hvilket er yderst relevant ved belysning af stress [13].

Ved at definere deltagere, der angav at være stressede »af og til« som ikkestressede, er der en risiko for underestimering af stress. Men samtidig mindskes risikoen for at definere reelt ikkestressede som værende stressede ved den anvendte definition.

Den undersøgte hypotese i dette studie var, at børnene var årsag til høj stressrapportering. Denne kausalitet kan ret beset ikke undersøges ved det anvendte datamateriale, da det er en tværnsnitsundersøgelse. Det er teoretisk muligt, at stress kan betragtes som en årsag til, om deltageren har hjemmeboende børn, idet stressede personer kan tænkes at fravælge at få børn, vælge at få færre børn eller måske endda have sværere ved at få børn. Hvis dette er tilfældet, vil det at have hjemmeboende børn være associeret med lavere stressrapportering, hvilket er i modsætning til de fundne resultater.

Denne undersøgelse viste, at hjemmeboende børn generelt ikke var associeret med øget rapportering af stress, derimod havde deltagere med en lang arbejdsuge en høj stressrapportering. Forebyggelse af høj stressrapportering i den danske befolkning kunne på baggrund heraf sigte mod at nedbringe længden af arbejdsugen. Kun blandt enlige kvinder øgede

hjemmeboende børn i kombination med en lang arbejdsuge rapporteringen af stress, hvorved forebyggelse af højt stressniveau kunne målrettes denne specifikke gruppe.

Korrespondance: *Anne-Marie Nybo Andersen*, Statens Institut for Folkesundhed, Øster Farimagsgade 5A, 2., DK-1399 København K.
E-mail: ana@si-folkesundhed.dk

Antaget: 16. maj 2006
Interessekonflikter: Ingen angivet

Taksigelser: Vi vil gerne takke Sygekassernes Helsefond, der har givet økonomisk støtte til dette studie, medarbejderne ved SUSY2000 på Statens Institut for Folkesundhed for at stille datamaterialet til rådighed og god hjælp samt alle deltagere i SUSY2000.

Litteratur

1. Nielsen NR, Kjølner M, Kamper-Jørgensen F et al. Stress blandt erhvervsaktive danskere. *Ugeskr Læger* 2004;166:4155-60.
2. Iso H, Date C, Yamamoto A et al. Perceived mental stress and mortality from cardiovascular disease among Japanese men and women: the Japan Collaborative Cohort Study for Evaluation of Cancer Risk Sponsored by Monbusho (JACC Study). *Circulation* 2002;106:1229-36.
3. Pickering TG, Devereux RB, James GD et al. Environmental influences on blood pressure and the role of job strain. *J Hypertens Suppl* 1996;14:S179-S185.
4. Rosengren A, Hawken S, Ounpuu S et al. Association of psychosocial risk factors with risk of acute myocardial infarction in 11119 cases and 13648 controls from 52 countries (the INTERHEART study). *Lancet* 2004;364:953-62.
5. Schnall PL, Pieper C, Schwartz JE et al. The relationship between "job strain", workplace diastolic blood pressure, and left ventricular mass index. *JAMA* 1990;263:1929-35.
6. Luecken LJ, Suarez EC, Kuhn CM et al. Stress in employed women: impact of marital status and children at home on neurohormone output and home strain. *Psychosom Med* 1997;59:352-9.
7. PLS Rambøll management, Ingeniørforeningen i Danmark. Ingeniører mellem arbejdsliv, familieliv og stress. København: Ingeniørforeningen i Danmark (IDA), 2002.
8. Lundberg U, Mardberg B, Frankenhaeuser M. The total workload of male and female white collar workers as related to age, occupational level, and number of children. *Scand J Psychol* 1994;35:315-27.
9. Lundberg U, Frankenhaeuser M. Stress and workload of men and women in high-ranking positions. *J Occup Health Psychol* 1999;4:142-51.
10. Gottlieb BH, Kelloway EK, Martin-Matthews A. Predictors of work-family conflict, stress, and job satisfaction among nurses. *Can J Nurs Res* 1996;28:99-117.
11. Krantz G, Berntsson L, Lundberg U. Total workload, work stress and perceived symptoms in Swedish male and female white-collar employees. *Eur J Public Health* 2005;15:209-14.
12. Engell R. Stress i børnefamilier. En litteraturgennemgang og en empirisk undersøgelse [specialeafhandling]. København: Københavns Universitet, Institut for Folkesundhed, 2005.
13. Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer Publishing Company, 1984.