



KORT FORTALT



3F sundhedstjek på 10 arbejdspladser 2009



Baggrund og resultater

En vigtig sag for 3F

3Fere forlader arbejdsmarkedet før andre pga. nedslidning, svær sygdom og for tidlig død. De trues mere end andre grupper af alvorlige sygdomsrisici. Og deres levealder stiger ikke. Derfor har 3F i 2009 skudt kampagnen **Ulighed kan Forebygges** i gang. Det handler om sundhedstjek på arbejdspladsen i samarbejde mellem lokalafdelinger, tillidsrepræsentanter og virksomhedsledelser. Og det handler om at lægge pres på de ansvarlige i samfundet: Politikere, eksperter og myndigheder.

Sundhedstjek på arbejdet

3Fs projekt bygger på tjek af 655 personer på 10 forskellige arbejdspladser i Aalborg og Kastrup. 83% af de 655 sundhedstjekkede var medlem af 3F; resten var medlem af andre forbund eller var ledere. Interessen var massiv. Mange flere ville også gerne have været sundhedstjekket. Projektet sætter fokus på **arbejdspladsen som vigtig ramme for sundhed** og på kollektive muligheder for at ændre på usunde omgangs- og arbejdsformer.

Sygeplejersker målte blodtryk, kolesterol m.v og spurgte ind til kost, rygning, alkohol og motion – samt arbejdsforhold. Et tjek kan vise

forstadier til f.eks. diabetes 2 og KOL (før kaldet rygerlunger). Det er sygdomme, som ofte kan undgås eller behandles medicinsk, hvis man opdager dem i tide.

Hvad viser 3Fs sundhedstjek?

Sundhedstjek 2009 viser, at 3Fere i meget høj grad er udsat for helbredsbelastninger og -risici. Mere end 3 ud af 5 i 3Fs sundhedstjek fik målt forhøjet blodtryk. Hos 23% af alle sundhedstjekkede måltes meget forhøjet blodtryk (over 160/100 mmHg). Fysisk slid opleves som en betydelig del af arbejdet for 3Fere. Og 63% af 3Fere i tjekket oplever sig kun delvist eller lidt anerkendt for deres arbejde. For ikke-3Ferne er tallet 44%.

Sundhedstjekkene viser store variationer på arbejdspladser. Ringest lungefunktion blev målt på virksomheden med færrest rygere relativt set. På en arbejdsplads fik 85% af deltagerne målt forhøjet blodtryk. Det peger på, at arbejdsmiljø kan spille en rolle.

I alt blev 107 personer anbefalet at gå til egen læge for yderligere undersøgelse. Ca. 3 ud af 4 fik anbefalet ændringer i forhold til bevægelse, rygning, kost og/eller trivsel i arbejdet. Nogle af dem, der gik til egen læge, følte sig godt behandlet. Andre følte, at lægen ikke tog dem alvorligt.

Medarbejderen:

"Jeg fik en advarsel sidste år, blodprop, så jeg vil godt lige tjekkes."

Lederen:

"Vi siger, at arbejdet hos os er et 7-8 års job. Mere kan du ikke holde til. Men gør vi tingene bedre, kan folk måske godt holde længere."

Tillidsrepræsentanten:

"Kollegaerne var vildt positive; de stod i kø for at blive testet. Jeg er meget stolt over det."

Det sundhedspolitiske Danmarkskort

Resultaterne af 3Fs sundhedstjek på 10 arbejdspladser viser et væsentligt andet billede af danskernes sundhedstilstand, end man normalt ser. Billedet er dystert. Bl.a. tyder det på, at der er rigtig mange på 3F-arbejdspladserne, der går rundt med forhøjet blodtryk – og derfor har risiko for at blive alvorligt syge. Og billedet tyder på, at der er markant flere end blandt danskerne som helhed.

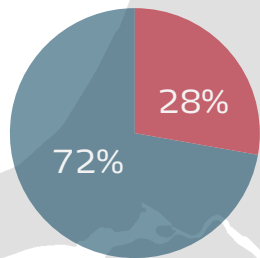
På Danmarkskortet på næste side er resultaterne af de medicinske målinger fra de 10 arbejdspladser stillet over for tilsvarende resultater fra en aktuel undersøgelse af danskernes sundhed generelt.

Uligheden i sundhed er til at få øje på. Det er netop den, 3F vil gøre noget ved via sundhedstjek på arbejdet.

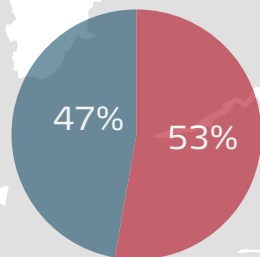
NOTER:

- Data om danskernes sundhed generelt bygger på sundhedstjek af 25-64-årige i 12 kommuner fra 2007-08 (jf. KRAM-undersøgelsen 2009, fra Statens Institut for Folkesundhed, SDU). Bemærk både, at undersøgelsen ikke er repræsentativ, samt at der er forskelle i betingelserne for hhv. KRAM-undersøgelsen og Sundhedstjek 2009. Dette sætter grænser for en vidtgående sammenligning.
- Deltagerne i Sundhedstjek 2009 var i aldersgruppen 21-64 år + 3 i aldersgruppen 65-68 år. Data viste ikke nogen nævneværdig variation i forhold til de medicinske målinger af de to aldersgrupper.
- *) Danske Lægers Sundhedsservice anfører i forbindelse med deres sundhedstjek, at kolesterol-tal typisk er under 5 mmol/l ved forekomst af diabetes, hjertesygdom og forhøjet blodtryk. I Sundhedstjek 2009 er der en over gennemsnitlig stor andel med for højt blodtryk – herunder også markant forhøjet blodtryk. Når kolesterol-tallet i 3Fs sundhedstjek er på niveau med gennemsnittet for danskere i andre undersøgelser, betyder det således ikke, at der intet problem er. Det kan være tværtom.

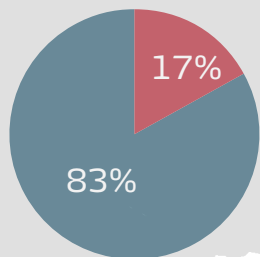
Danskere i en aktuel undersøgelse



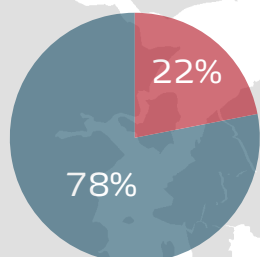
Andel med forhøjet blodtryk



Andel med for højt BMI

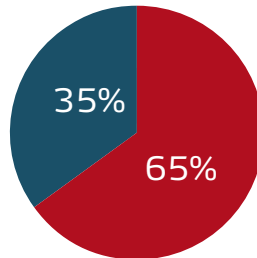


Andel med reduceret lungefunktion

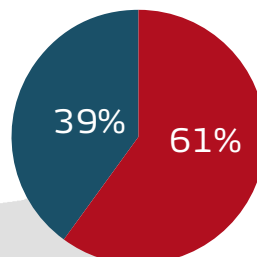


Andel med forhøjet kolesterol

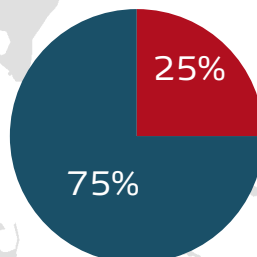
Arbejdspladser i 3Fs sundhedstjek



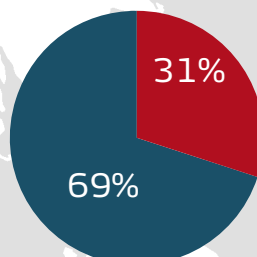
Andel med forhøjet blodtryk



Andel med for højt BMI



Andel, der viste tegn på reduceret lungefunktion



Andel med forhøjet kolesterol*

Medicinske målinger

Resultater fra 3Fs Sundhedstjek

Blodtryk og lungefunktion

- 65% af de ansatte i 3Fs sundhedstjek fik på dagen målt et forhøjet blodtryk (over 140/90 mmHg). Tæt ved 1/4 fik målt et meget forhøjet blodtryk (over 160/100 mmHg).
- Forhøjet blodtryk kan både skyldes levevis, psykisk stress mv. Behandling kan have hurtig og positiv effekt.
- Mænd og ældre er oftere ramt af forhøjet blodtryk end kvinderne og de yngre. Blandt de +50-årige fik 79% målt forhøjet blodtryk.
- De ansattes lungekapacitet blev undersøgt i forhold til en forventet kapacitet med en Peak Flow-måling (FEV1-måling). 1/4 af de sundhedstjekkede fik målt en lungekapacitet ringere end forventet ud fra alder, køn og højde.
- Rygning kan påvirke den enkeltes lungekapacitet, men i Sundhedstjek 2009 har arbejdspladsen med det ringeste resultat fra lungefunktionsmålingen færrest registrerede rygere. Arbejdsmiljø kan være forklaringen.

Kolesterol, BMI og taljemål

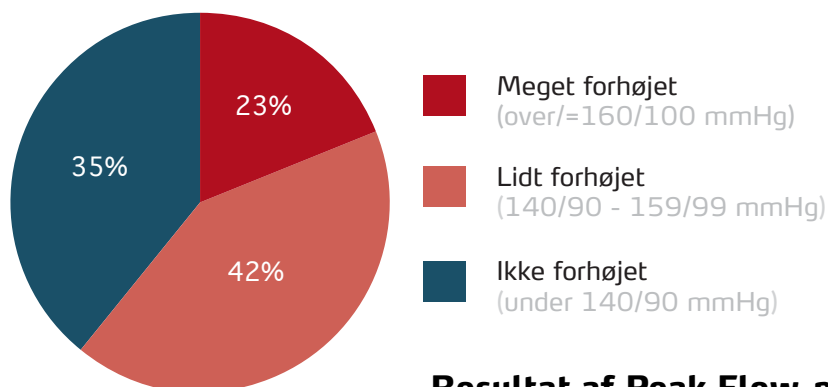
- Lidt over 30% af de sundhedstjekkede fik målt et for højt kolesterol-tal.
- 2/3 af personerne i sundhedstjekket fik målt et taljemål over det anbefalede og ca. lige så mange et for højt BMI. Tæt på 1/5 havde et meget for højt BMI (over/=30 kg/m).
- Mændene, de +45-årige og deltagerne fra Aalborg og omegn havde relativt set både højere kolesterol-tal og højere BMI i forhold til resten af deltagerne i Sundhedstjek 2009.

NOTER:

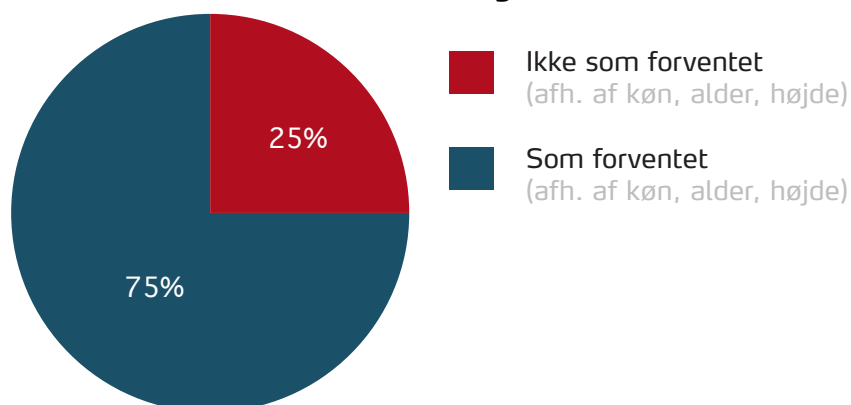
- Sundhedsstyrelsen anbefaler et blodtryk på under 140/90 mmHg på hhv. det systoliske og diastoliske blodtryk.
- Ved en Peak Flow-måling måles den hurtigste og kraftigste luftstrøm, som en person kan præstere i ét pust. Peak Flow-måling giver alene et groft indtryk af lungefunktionen.

Blodtryk og lungefunktion

Andel med forhøjet blodtryk: i alt 65%

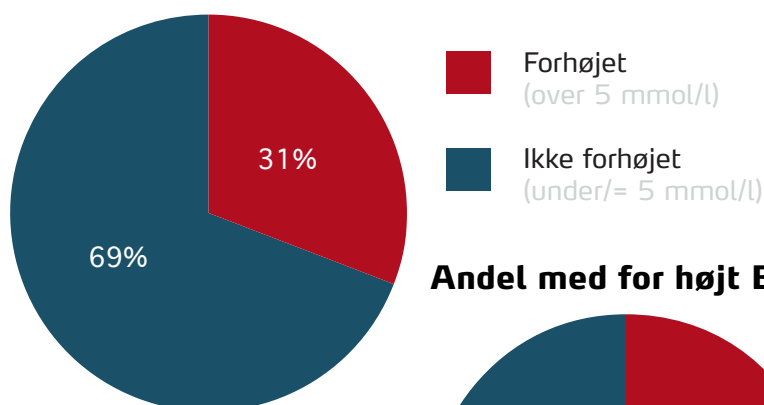


Resultat af Peak Flow-måling

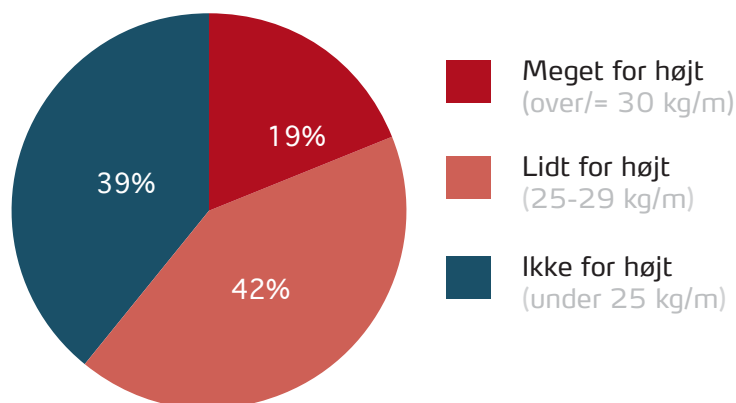


Kolesterol og BMI

Resultat af kolesterolmåling



Andel med for højt BMI: i alt 61%



Svar om levevis

Resultater fra 3Fs Sundhedstjek

- 70% giver udtryk for, at de søger at leve sundt ved at spise frugt og grønt dagligt. Ca. 50% svarer, at de sparer på fedtet til daglig.
- Tæt på 40% svarer, at de sjældent eller aldrig dyrker motion.
- Generelt lader det til, at mændene fører en mere usund levevis. De sparer både mindre på fedtet, spiser mindre frugt/grønt og drikker mere alkohol end de andre. Til gengæld ryger kvinderne lidt mere (35% over for ca. 30% af mændene). Motionsvanerne er nogenlunde ens for begge køn – ligesom for alle aldersgrupper.
- De yngste (under 45 år) sparer dog mindre på fedtet, spiser mindre frugt/grønt og ryger mere, mens de ældre drikker lidt mere alkohol.
- 3Fere har i forhold til de andre sundhedstjekkede en mere usund levevis. Der er flere 3Fere, der sjældent eller aldrig dyrker motion, og flere 3Fere (20 % flere), der ryger.
- De såkaldte KRAM-faktorer viser nogle mønstre, der kan føre til dårlig sundhed for 3Fere. Det gør svarene omkring trivsel, indflydelse og anerkendelse i arbejdet også, jf. næste side.

Levevis

– 3Fere over for de øvrige i Sundhedstjek 2009

Så mange...	3Fere	Ikke 3Fere
spiser sjældent eller aldrig frugt/grønt	6%	0%
sparer sjældent eller aldrig på fedtet	19%	13%
dyrker sjældent eller aldrig motion/sport	39%	31%
ryger dagligt eller ugentligt	37%	17%
drikker dagligt eller ugentligt alkohol	24%	18%

Svar om arbejdsliv

Resultater fra 3Fs Sundhedstjek

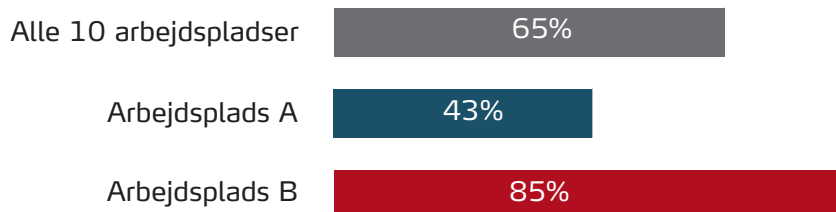
- Flertallet af de adspurgte på de 10 arbejdspladser er tilfredse med deres arbejde og oplever en høj grad af indflydelse på det. Men 3Fere oplever både markant lavere indflydelse – og lavere anerkendelse og mere fysisk slid end andre i sundhedstjekket.
- Ca. 20% flere af 3Ferne end ikke-3Ferne oplever en mangel på indflydelse og anerkendelse i arbejdet.
- Og hele 77% af 3Ferne svarer, at de oplever, at deres arbejde slider på dem fysisk – mod 39% blandt ikke-3Ferne i tjekket.
- 3 ud af 5 af alle i Sundhedstjek 2009 får målt for højt blodtryk. Men på nogle arbejdspladser står det værre til: Èt sted har flere end 4 ud af 5 tjekkede for højt blodtryk.

Arbejdsliv

– 3Fere over for de øvrige i Sundhedstjek 2009

Så mange...	3Fere	Ikke 3Fere
har i ringe grad/delvist indflydelse på arbejdet	39%	20%
får i ringe grad/delvist anerkendelse for arbejdet	63%	44%
er i ringe grad/delvist tilfredse med arbejdet	24%	20%
oplever i høj grad/delvist fysisk slid fra arbejdet	77%	39%
oplever i høj grad/delvist psykisk slid fra arbejdet	40%	51%

Andel med forhøjet blodtryk – af hhv. alle sundhedstjekkede og to arbejdspladser særskilt



Konklusioner

Erfaringer fra sundhedstjek på arbejdet

I Sundhedstjek 2009 er kontakten til virksomhederne gået via regionale 3F-afdelingsfolk til ledelser og tillidsrepræsentanter lokalt. Den fremgangsmåde ser ud til at virke efter hensigten.

Alle virksomheder, som blev kontaktet, sagde ja til et indledende møde med 3F og bagefter **ja til at sundhedstjekke de ansatte i arbejdstiden**. Og på samtlige arbejdspladser har ledelse og tillidsfolk deltaget i opfølgingsmøder med 3F om de konkrete resultater for den pågældende arbejdsplads.

107 ud af godt 650 sundhedstjekkede blev henvist til egen læge for yderligere helbredsundersøgelse. Nogle blev modtaget godt. Andre følte sig afvist eller fik at vide, at det ville koste penge for et tjek hos lægen. Sundhedstjekket peger dermed på, at der er brug for øget samspil mellem den enkelte person, kollektive sundhedstjek og lægerne.

Opfølgning på sundhedstjek på arbejdspladserne

De opfølgende arbejdspladsmøder om resultaterne af sundhedstjek viser overvældende interesse for lokale sundhedsindsatser.

Stort set samtlige ledelser og tillidsfolk efterspørger mere viden om tiltag, der især virker i arbejdspladsregi. Flere efterspørger også øget samarbejde med kommunale instanser og folk med viden inden for forebyggelse og arbejdsmiljø.

3Fs sundhedstjek viser, at en indsats mod ulighed i sundhed må kombinere det individuelle og det kollektive: Den enkelte kan godt motionere i fritiden. Men det gavner endnu mere, hvis arbejdet tilrettelægges med mere bevægelse og alsidighed i jobbet.

Den enkelte kan også holde op med at ryge. Men når lungemålinger på en arbejdsplads, hvor få ryger, viser nedsat lungekapacitet hos mange, er der noget at tage fat på – også på virksomheden.

Mere lighed i sundhed

En fagforeningssag – og en folkesag

Hvis vi skal gøre op med den store ulighed i sundhed herhjemme, skal der sættes ind både **individelt, på arbejdspladsen og i samfundet generelt.**



3F ønsker, at sundhedstjek på arbejdet

skal være et tilbud til alle. Ikke kun til 10 virksomheder. Eller til dem på solskinsiden, der har råd til en dyr forsikring. Sundhedstjek for alle – på arbejdspladsen eller i a-kassen – er ikke kun ret og rimeligt. Det er ét blandt en række nødvendige midler, hvis vi skal have mere lighed i sundhed.

Mange eksperter har i flere år prøvet at råbe politikerne op om uligheden i sundhed. **3F og vore samarbejdspartnere går nu foran og gør noget ved problemet selv.** Vi vil lægge pres på politikere i stat og kommuner for at gøre noget ved uligheden i sundhed. Det handler om at opnå længere og bedre liv med sunde arbejdskår for mange flere. Det vil være godt for 3Fere, for danske arbejdspladser og for vores velfærdssamfund.

Medarbejderen:

"Det er alle tiders idé. Især hér... Det er jo ikke just noget blomsterbinderi, vi arbejder i."

Lederen:

"Vi har fået nogle øjeåbnere med det her sundhedstjek – det har været fantastisk at opleve medarbejdernes interesse."

Tillidsrepræsentanten:

"Vores kolleger... de vil ha' tjek på deres sundhed. Jeg synes, det sku' være for ALLE – og én gang om året."

Sundhedstjek 2009

Sundhedstjek 2009 på 10 almindelige 3F-arbejdspladser viser, at 3Fere i høj grad er sygdomsudsatte. Og at det både skyldes levevis og i trivsels- og arbejdsvilkår mere bredt.

3Fs sundhedstjek viser også, at ledelser, medarbejdere og tillidsrepræsentanter på mange arbejdspladser i høj grad gerne selv vil arbejde aktivt for at øge sundhed og forebyggelse lokalt. Men skal 3Fere og ligesindede leve længere og bedre, kræver det ny handling fra politikere såvel som myndigheder.

Hvor kan du få mere at vide om 3Fs sundhedstjek? Klik ind på www.3f.dk/arbejds miljo. Du kan også kontakte Peter Hamborg Faarbæk og Henrik Hansen fra Fagpolitisk center for arbejdsliv, eller Anita Vium, cheføkonom, i 3F på telefon 70 300 300.

