



AMM utvecklas

Patienter med arbetsrelaterade belastningsbesvär tillhör en av de vanligaste patientgrupperna som remitteras till AMM i Linköping. Vi har under många år saknat den ergonomiska kompetensen, men sedan årsskiftet är en ergonom anställd vid kliniken. Det innebär att vi kommer att ha djupare kompetens till våra utredningar på ergonomiområdet, vi kan göra bättre arbetsplatsbedömningar och ge bättre förslag till åtgärder. Vi kommer också att utveckla ämnesområdet via samarbete och nätverk med andra ergonomer i landet för att därigenom kunna förmedla kunskaper vidare till företagshälsovården och befolkningen i vår region.

Under år 2014 kommer vi att genomföra två temadagar inriktade på ergonomi. Temadagen den 15 maj riktar mot företagshälsovården kring nya riktlinjer för ländryggsbesvär, vilket syftar till att ge företagshälsovården forskningsbaserat underlag för att utreda och åtgärda ländryggsbesvär. Temadagen den 28 augusti är inriktad på kopplingen mellan arbetsmiljö och patientsäkerhet, och riktar sig främst till sjukvården och den kommunala omsorgen. Förekomsten av fallolyckor där personal lyfter patienter eller där stress medför felbehandlingar är tydliga tecken på att bristfällig arbetsmiljö kan äventyra patientsäkerheten. Nyligen presenterades en rapport i den medicinska tidskriften Lancet kring kopplingen mellan dödsfall i sjukvården och antalet sjuk-

sköterskor i arbete. I detta ligger naturligtvis också en arbetsmiljöproblematik där underbemanning leder till begränsad tid för omsorg om patienten och därigenom försämrade patientsäkerhet. Vi är också igång med en planering av en temadag kring ergonomi i början av nästa år. På detta sätt, tillsammans med information i Avisen, vill vi nå ut och skapa kontakt med människor med intresse inom ergonomiområdet. Vi anser det vara viktigt med utåtriktad verksamhet och tänker fortsätta med temadagar inriktat mot intressanta områden.

Eftersom exponeringarna i arbetsmiljön förändras med tiden behöver vi ha beredskap att möta nya frågeställningar. Under de senaste åren har vi utvecklat kunskaper kring psykisk ohälsa

i arbetslivet. Många människor lider av stressrelaterad ohälsa på grund av bristfällig arbetsmiljö. Remisser med frågor om den kemiska miljöns risker har minskat medan ergonomiska frågeställningar samt frågor avseende psykisk påfrestning ökar. Vi har ägnat flera temadagar åt psykisk ohälsa i arbetslivet och flera nummer av Avisen har innehållit information kring ämnesområdet. Något som rönt uppmärksamhet på senare tid är mobbning på våra arbetsplatser, inte minst efter en unik dom vid Östersunds tingsrätt där två chefer gjort sig skyldiga till arbetsmiljöbrott genom vållande till annans död. Under de senaste åren har vi haft flera fall av kränkande särbehandling som lett till psykisk ohälsa hos våra patienter. Vi har därför ägnat mycket tid åt att utveckla kunskaper inom detta område. I januari hade vi för andra gången en uppskattad temadag med Thomas Jordan som talare och som förmedlade vilka ingredienser som behövs för att nå en robust samarbetskultur på en arbetsplats. Den 18 september kommer vi fokusera på mobbning i arbetslivet då den framstående mobbningsforskaren Ståle Einarsen från Bergen är huvudtalare på vår temadag.

Vid sidan om dessa områden som vi särskilt fokuserar på i nuläget fortsätter naturligtvis det viktiga arbetet med att utreda och åtgärda kemiska och fysikaliska hälsorisker på arbetsplatsen.

...

...

...

Skrivet av:
Bengt Ståhlbom
Verksamhetschef

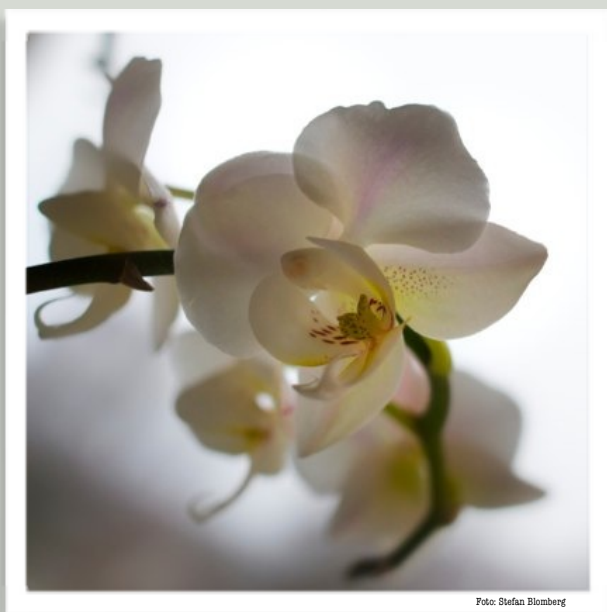


Foto: Stefan Blomberg



ERGONOMISK UTREDNING OCH ÅTGÄRDER FÖR ÖKAD HÄLSA OCH BÄTTRE ARBETSMILJÖ – FORSKNINGSBASERAD METODUTVECKLING

Skrivet av:

Charlotte Wählin

Med Dr., Ergonom/leg fysioterapeut

Riktlinjer vid ländryggsbesvär

Riktlinjer vid ländryggsbesvär publicerades i december 2013 och har tagits fram för personal som är verksam inom företagshälsovården och för att passa företagshälsovårdens uppdrag att främja friska arbetsplatser och arbetsrelaterad hälsa. Riktlinjerna baseras både på internationella riktlinjer och vetenskapligt publicerade översiktsartiklar. Karolinska Institutet och Företagshälsans riktlinjegrupp består av forskare och praktiker från olika företagshälsor runt om i Sverige som har lång erfarenhet och kunskap inom området. Syftet med den evidensbaserade riktlinjen är att ge företagshälsan ett forskningsbaserat underlag för att kunna utreda och åtgärda ländryggsbesvär. Riktlinjen ska skapa en standardisering och en struktur för kvalitetssäkrade arbetssätt med ländryggsbesvär inom företagshälsovården. Riktlinjerna vid ländryggsbesvär ska säkerställa att anställda och arbetsgivare nås av den senaste vetenskapen.

Riktlinjerna innehåller tre huvudmoment:

- Bedömning av individens hälsa, kapacitet och arbetsförhållanden.
- Åtgärder och fördjupad utredning på arbetsplatsen och anpassningar.
- Implementeringsstöd.

Bedömning

Riktlinjerna innehåller ett tydligt flödesschema som beskriver hur arbetsprocessen beskrivs i riktlinjen bör gå till. Syftet med bedömningen är att få en bild av den anställdes hälsotillstånd, kapacitet och kunna koppla bedömningen till arbetssituation och arbetsuppgifter. Utgångspunkten är ett biopsykosocialt synsätt där fysiska, psykiska och sociala aspekter beaktas samt hur den anställdes förmågor överensstämmer med krav i det nuvarande arbetet. Enligt flertalet internationella riktlinjer för utredning och åtgärder vid ländryggsbesvär bör den medicinska bedömning

gen och funktionsbedömningen omfatta: självrapporterade mått, som bland annat kan ge information om prognos och vilka åtgärder som behöver sättas in, en utförlig anamnes samt en klinisk undersökning och tester.

I samband med första besöket rekommenderas att personen med ryggsbesvär får besvara frågeformuläret "Örebro Musculoskeletal Pain Screening Questionnaire" (ÖMPSQ). Formuläret besvaras helst innan mötet med läkaren eller fysioterapeuten så att underlaget kan användas i utredningen och bedömningen. ÖMPSQ ett väletablerat och vetenskapligt kvalitetssäkrat sätt att kartlägga smärtproblem kopplat till de psykosociala riskerna (kallat gula flaggor). Rygg-specifika frågeformulär som rekommenderas är Oswestry low back pain Disability Index (ODI) eller Roland Morris Disability Questionnaire (RMDQ). Patient-Specifik Funktionell skala (PSFS) kan användas för att genomföra ett strukturerat samtal om vilka aktiviteter som individen har problem med att utföra i sitt vardags- och arbetsliv. Ytterligare beskrivna funktionssinriktade tester kan användas i utredningen.

Vid utredning och åtgärder behövs ett aktivt samarbete mellan personal inom företagshälsan, den anställda, arbetsgivare och med primärvård och ibland med övriga vårdgivare. Åtgärderna baseras på den strukturerade bedömningen där ländryggsbesvären analyseras och resurser och förmågor identifieras. En participativ ansats rekommenderas vilket innebär att den anställda själv deltar aktivt i att identifiera problem och besluta om åtgärder.

Belastningsergonomisk utredning

Den ergonomiska bedömningen av arbetsplatsen bör om möjligt inledas med ett möte där flera parter medverkar; närmaste chef, den anställda, eventuellt facklig företrädare samt ergonom eller arbetsmiljöingenjör. Under mötet klargör man vad målsättningarna med analysen är och hur den skall gå till. Vanligen innebär en ergonomisk bedömning

att man identifierar eventuella risker för att utveckla, vidmakthålla eller förvärra en anställdes belastningsrelaterade besvär och skador.

Den ergonomiska bedömningen bör omfatta bedömning av:

- Den tekniska/fysiska arbetsmiljön.
- Den anställdes arbetsuppgifter.
- Den organisatoriska och psykosociala arbetsmiljön.
- Utförandet av arbetsuppgifterna.

Arbetsorganisation, fysisk arbetsmiljö, arbetsuppgifter och arbetets krav kan bedömas på flera olika sätt, t.ex. genom att observera, tekniskt mäta, intervjua eller låta personen själv skatta sin arbetssituation. Valet av metod styrs av vilket syfte bedömningen har. Den ergonomiska bedömningen börjar med att man gör en nulägesanalys, där man bland annat tar del av arbetsplatsens senaste dokumentation från riskbedömningar enligt systematiskt arbetsmiljöarbete.

Nyligen publicerades en systematisk litteraturgenomgång av Takala och medförfattare (Takala et al., 2010) med över 30 olika observationsmetoder som kan användas för analys av arbetsställningar. För samtliga metoder behövs träning för att kunna axla rollen som observatör, gärna med fördjupad belastningsergonomisk kompetens. I riktlinjen vid ländryggsbesvär lyfts två riskbedömningsmetoder fram som har individperspektiv med partipatorisk ansats; Quick Exposure Check (QEC) samt Video och datorbaserad arbetsanalys (VIDAR). Ytterligare evidensbaserade observationsmetoder rekommenderas i riktlinjen; PLIBEL (Plan för Identifiering av BELastnings-faktorer, Washington State Ergonomic checklist/tool (WSET), REBA (Rapid entire body assessment) och NIOSH lifting equation. För vissa branscher, till exempel för förflyttningsmoment inom vården, finns det också speciellt utvecklade observationsmetoder.

QEC – Quick Exposure Check

Metoden innebär att exponeringsbedömningar utförs med hjälp av QEC-formuläret. Förändringar kan mätas i exponering för muskuloskeletal riskfaktorer när det gäller bröst- och ländrygg, skuldra/arm, handled/hand samt nacke före och efter ergonomisk intervention på arbetsplatsen.

Fortsättning på nästa sida!



Observatören bedömer exponeringen i bröst- och ländrygg, skuldra/arm, handled/hand och nacke. Metoden involverar även arbetstagarens bedömning. Exponeringspoängens totalsumma fås genom att kombinera observatörens och arbetstagarens bedömning. Det finns föreslagna prioriteringsnivåer för exponeringspoäng i QEC att tillgå. QEC har översatts till svenska vid Högskolan i Gävle

VIDAR

VIDAR "Video- och datorbaserad arbetsanalys" är en ergonomisk metod där man filmar en anställd som utför olika arbetsuppgifter. Gemensamt kommer man överens om innan vilka arbetsmoment som ska filmas i det dagliga arbetet. När filmningen är avslutad tittar ergonom och den anställde tillsammans

på de olika momenten och gör en bedömning kopplat till QEC. Med hjälp av en checklista kan ergonomerna också bedöma situationer och hela arbetspasset enligt de belastningsergonomiska föreskrifterna (AFS 2012:2). Analysen baseras på den anställdes kunskap om och upplevelse av sitt arbete. Påfrestande fysiska arbetssituationer värderas (markerar kroppsregion samt värderar grad av obehag) samt även en värdering av den psykiska situationen. Metoden är utvecklad och tillämpad i Sverige och rekommenderas framför allt för dess pedagogiska metodik.

Åtgärder

Metoder för självhjälp förs fram där åtgärder med starkast evidens rekommenderar personen att vara aktiv, ta kontroll samt att minska personens eventuella rädsla. Att ge information till anställd och arbetsgivare utgör också

viktiga delar. För vissa personer som har uttalade besvär från ländryggen räcker det inte med aktiva strategier. De kan även behöva skräddarsydda rehabiliterande interventioner. Anpassningar på arbetsplatsen och ergonomiska åtgärder kan öka den anställdes möjligheter att fortsätta arbeta trots pågående ländryggsbesvär. Anpassningar kan omfatta olika åtgärder: byte av arbetsuppgifter, att slippa vissa uppgifter, minskad arbetstakt, hjälpmedel, anpassning av arbetsstation, utökad bemanning, anpassade arbetstider, en förändrad organisation av arbetet med mera.



Foto: Stefan Blomberg

Implementering

För en lyckad implementering av riktlinjerna krävs förändringsbärare och stöd i organisationen samt att evidensbaserade metoder efterfrågas i större utsträckning. I den fullständiga versionen av riktlinjerna finns ett utförligt avsnitt med kunskapsstöd för implementering.

Ladda ned riktlinjerna från Kompetenscentret för företagshälsovård, www.fhvforskning.se

Referenser

AFS 2012:2 Belastningsergonomi. Stockholm: Arbetsmiljöverket.
Företagshälsans riktlinjegrupp. (2014). Riktlinjer vid ländryggsbesvär. Stockholm: Karolinska institutet.
Takala et al. (2010). Systematic evaluation of observational methods assessing bio-mechanical exposures at work. *Scand J Work Environ Health*, 36, 3-24.

...

TEMAEFTERMIDDAG OM ERGONOMISK UTREDNING OCH ÅTGÄRDER

Torsdagen den 15 maj klockan 13:00-16:45 arrangerar Arbets- och miljömedicin en temaeftersmiddag på Hotell Högland, Esplanaden 4, i Nässjö med titeln **Ergonomisk utredning och åtgärder för ökad hälsa och bättre arbetsmiljö – forskningsbaserad metodutveckling**. Utbildningen riktar sig till personal inom företagshälsovården och till personal inom liknande verksamhet. Vid utbildningseftermiddagen medverkar forskare och ergonomer med lång erfarenhet av att genomföra ergonomiska utredningar och åtgärder på arbetsplatsen. Kostnad: 400 kr per person för deltagare från Östergötland, Kalmar och Jönköpings län. Övriga 600 kr per person. Moms tillkommer (lunch ingår ej).

Föreläsare vid temadagen

- Ergonom och Med Dr. **Charlotte Wåhlin** presenterar den nyligen publicerade "Riktlinjer vid ländryggsbesvär".
- Docent **Mikael Forsman** kommer att ha en teoretisk och praktisk genomgång av en participativ ergonomisk observationsmetod som heter "Video- och datorbaserad arbetsanalys" (VIDAR).
- Ergonom och Med Dr. **Dirk Jonker** presenterar resultat från en forskningsstudie där metoden "Medicinska kontroller vid ergonomiskt belastande arbete" (MEBA) har använts. Han har goda erfarenheter av att använda MEBA i både klinisk verksamhet och i forskningsprojekt.
- Under eftermiddagen presenterar också **Bo Rolander**, ergonom och Med Dr., aktuell ergonomisk forskning och diskuterar idéer till nya forskningsprojekt i regionen.

För anmälan, se sista sidan.

OBS: Ange namn och fullständig adressuppgifter, inklusive fakturaadress. Ange eventuell önskan om specialkost.

...



Vem är du? Jag heter Charlotte Wåhlin och är nyanställd ergonom vid Arbets- och miljömedicinska kliniken (AMM) i Linköping. Jag bor tillsammans med min man i Linköping, har två barn som nyligen har flyttat hemifrån och dito bonusbarn. Ursprungligen kommer jag från Sundsvall, men flyttade till Linköping när jag började läsa till sjukgymnast. Efter min sjukgymnastexamen 1987 har jag arbetat inom Landstinget i Östergötland, i slutenvård och primärvård, vid sjukgymnastutbildningen och de senaste 12 åren har jag arbetat som ergonom och arbetsmiljökonsult inom företagshälsovården. Jag har ett speciellt intresse för hur vi kan förebygga arbetsrelaterade besvär genom att utforma goda arbetsmiljöer. Vi behöver gemensamt sträva efter att utforma arbeten som är anpassade för arbetstagares olika psykiska och fysiska förutsättningar.

Hur ser din utbildningsbakgrund ut? Jag studerade vidare vid Linköping Universitet och tog en magisterexamen. Min specialistkompetens i Sjukgymnastik har jag inom ortopedi. Vidareutbildningen i ergonomi läste jag vid Lunds Universitet. Efter några år valde jag att kombinera arbetet på företagshälsovården med en forskarutbildning. I flera år arbetade jag med ett forskningsprojekt som heter "Return to Work East Sweden Study (ReWESS)". Den 20 April 2012 var en glädjens dag. Då firade jag tillsammans med familj, vänner, arbetskamrater och mina handledare att jag disputerade och kunde försvara min avhandling "The Rehabilitation Process for Individuals with Musculoskeletal and Mental Disorders – Evaluation of Health, Functioning, Work Ability and Return to Work".

Vad handlade din forskning om? Min forskning inriktar sig på att utvärdera metoder användbara för att kartlägga och utvärdera hälsa, funktion, arbetsförmåga och arbetssituation för individer med muskuloskeletal besvär och psykisk ohälsa. Min forskning handlar även om att utvärdera vilka insatser som gynnar återgång i arbete vid sjukskriving, vilken nytta personen upplever av insatsen, med ett speciellt fokus på arbetsrelaterade interventioner. Resultaten från avhandlingen visar bl.a. att tre fjärdedelar av dem som sjukskrivs återgår till arbetet inom tre månader, men endast en tredjedel får åt-

INTERVJU



Charlotte Wåhlin
Med dr, Ergonom/leg fysioterapeut
Arbets- och miljömedicin

gärder och anpassningar på arbetsplatsen i sin rehabiliteringsprocess. Personer som får arbetsrelaterade åtgärder är yngre, har högre utbildningsnivå och bättre hälsa. Arbetsgivaren, den anställde och vårdgivaren behöver tillsammans sträva efter en process som tar större hänsyn till befintlig arbetssituation. ReWESS forskargrupp fortsätter nu att genomföra långtidsuppföljningar för att bl.a. studera om vi kan förutsäga vilka faktorer som förklarar varför vissa är sjukskrivna längre tid.

Vad jobbar du med nu? Sedan januari 2014 är jag anställd som ergonom på AMM i Linköping. Tillsammans med övriga yrkeskategorier i teamet är mitt uppdrag att utreda orsaker till arbetsmiljörelaterad ohälsa hos enskilda personer och grupper som remitteras till kliniken. Som ergonom har jag speciellt fokus på hur skadliga fysiska exponeringar, skadliga lyft och ensidiga arbetsställningar i arbetet kan orsaka besvär och skador i rörelseorganen. Det kan både handla om att träffa den remitterade personen på mottagningen för att analysera aktuell funktionsförmåga och besvär i relation till vilka exponeringar personen har haft i arbetslivet samt att genomföra exponeringsbedömningar på själva arbetsplatsen.

Utgångspunkten vid ett arbetsplatsbesök är att beskriva vilka arbetsuppgifter personen utför. Dessutom gäller att med hjälp av olika ergonomiska observationsmetoder värdera och analysera hur personen utför

arbetsuppgifterna. I den ergonomiska analysen värderas hur den fysiska miljön är utformad, om hjälpmedel finns och används, hur arbetet har organiserats och om psykosociala faktorer påverkar den fysiska belastningen i arbetet negativt. Det kan t.ex. handla om en försämrad arbetsteknik eller om arbetstakten är för hög. Finns indikationer på att individen har utsatts för skadlig exponering i arbetet är det min uppgift som ergonom tillsammans med övriga i teamet att ha en dialog med arbetsgivaren kring vilka arbetsmiljöåtgärder som kan genomföras. Återkopplingen till arbetsgivare och anställda är en mycket viktig del för att förhindra att fler skadar sig i arbetet. Arbetsgivaren kan behöva anlita en företagshälsovård för arbetsmiljöinsatser på arbetsplatsen. Anpassningar av arbetsuppgifter och användning av hjälpmedel kan indirekt öka arbetsförmågan hos en anställd.

I mitt uppdrag på AMM ingår även att bidra till kunskapsspridning i regionen och att driva forskningsprojekt. Forskningen initieras ofta om det finns misstankar om ökad sjuklighet inom vissa branscher i samband med speciell exponering. På kliniken startar vi upp en studie under våren 2014 tillsammans med samarbetspartners i Jönköpings län där vi ska analysera om det finns samband mellan nackbesvär och skadlig exponering i arbetet.

Just nu så kombinerar jag min anställning på AMM med uppdrag som forskare (post doc) på Karolinska Institutet, Institutet för miljömedicin, Enheten för interventions- och implementeringsforskning. Min anställning är kopplad till programmet för företagshälsovårdsforskning där vi arbetar för att forskning ska bedrivas i nära samarbete med arbetsplatser, företagshälsovården och dess kunder. För närvarande arbetar jag med ett projekt vars syfte är att studera metoder för att förebygga stressrelaterad ohälsa på arbetsplatsen. Målsättningen är att pröva om insatser riktade mot organisation och arbetsmiljö kan minska stress och förebygga stressrelaterad ohälsa. Jag medverkar även i en riktlinjegrupp inom kompetenscentret för företagshälsovård där forskare och konsulter verksamma inom företagshälsovården samverkar.

...



ARBETSPLATSENS 12 VITAMINER

– HAPPINESS AT WORK

Skrivet av:
Stefan Blomberg
Legitimerad psykolog

Det finns en professor emeritus ifrån universitetet i Sheffield vid namn Peter Warr som utvecklat en intressant vitaminmodell över viktiga arbetsfaktorer. Modellen är utvecklad under många år och har ett bra forskningsstöd.

Likt vitaminer så menar Warr att det inte räcker med en hög dos av några arbetsfaktorer. Vi behöver en god balans och en tillräcklig nivå av alla relevanta faktorer, annars finns det över tid en risk för ohälsa. Och när det finns en god balans med alla vitaminer på plats kan det ge upphov till en genuin arbetsglädje.

Det finns dock vissa arbetsfaktorer som blir ohälsosamma i en alltför hög dos, medan andra har en mer avklingande effekt.

Peter Warrs modell är främst utvecklad

4. **Omväxling.** Här lyfts frågan huruvida arbetet innehåller omväxling eller om det är ensidigt och enformigt.
5. **Tydlighet.** Detta fokuserar på i vilken utsträckning det är tydligt vad som förväntas av individen och om denne får en rimlig återkoppling på sin arbetsprestation.
6. **Stöd och sociala kontakter.** Detta handlar om individens möjligheter att ingå i ett fungerande socialt sammanhang på arbetet och om möjligheterna att få den hjälp och det stöd denne behöver.
7. **Ekonomiska resurser.** Här är lön och belöningsystem i fokus. Frågan är om individen uppfattar att det finns en samklang mellan arbetsinsatserna och

12. **Rättvisa.** Den sista faktorn rör huruvida arbetsplatsen är präglad av rättvisa och om individen behandlas schyst och korrekt.

De första sex arbetsfaktorerna kan enligt Warr bli skadliga om de överdoseras, medan de övriga aldrig blir skadliga i höga doser. Däremot har de en avklingande effekt. Till exempel uppskattas ett löneyft på 10 000 kronor mycket mer om individen tjänar 15 000 än om denne tjänar 150 000.

När det gäller skadliga nivåer kan överdriven personlig kontroll (faktor 1) bli skadlig om det innebär att arbetssituationen är så oförutsägbart att allt hänger på individen själv. Likaså blir det skadligt om arbetsuppgifterna är så svåra att individens kunskap inte räcker till (faktor 2). Om kraven är så stora och målen så omfattande att de känns ouppnåeliga (faktor 3) innebär det också negativa effekter. Likaså kan en alltför stor omväxling (faktor 4) leda till att arbetssituationen blir kaotisk och fragmenterad. Å andra sidan kan en alltför hög tydlighet leda till en rigid och inflexibel arbetssituation (faktor 5). Slutligen kan även den sociala situationen på arbetsplatsen

(faktor 6) överdoseras. Det kan till exempel innebära att individen inte får någon arbetsro och ständigt störs i sitt arbete, vilket inte är ovanligt i öppna kontorslandskap.

Fördelen med modellen är att den täcker många områden och möjliggör en bred analys över människors arbetssituation.

Läs gärna vidare om modellen och hur den kan användas som ett analysinstrument.

Referenser

Warr, P. (2007). *Work, happiness, and unhappiness*. London: Routledge.

Warr, P., & Clapperton, G. (2009). *The joy of work. Jobs, happiness, and you*. Hoboken: Taylor & Francis.

...

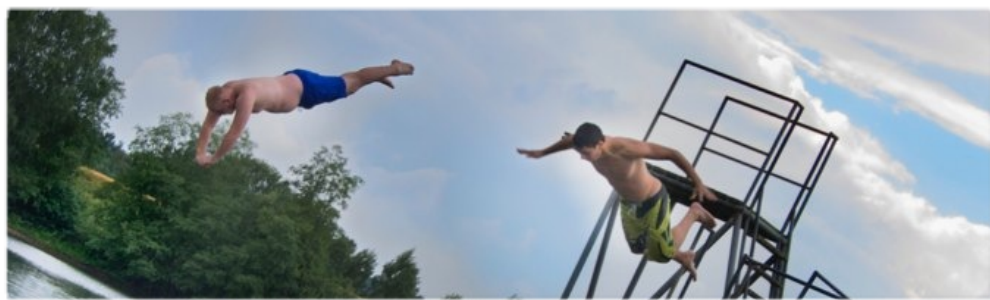


Foto: Stefan Blomberg

med tanke på arbetslivet, men är också tillämplig för människor utanför arbetsmarknaden.

De arbetsvitaminer som Warr lyfter fram är följande:

1. **Personlig kontroll.** Detta handlar om i vilken utsträckning individen har en möjlighet att påverka viktiga och centrala områden i sitt arbete.
2. **Kunskapsanvändning.** Detta handlar om i vilken utsträckning individen har möjlighet att använda sig av sina kunskaper och färdigheter liksom om denne får möjlighet att utvecklas i sin kunskap och kompetens.
3. **Krav och mål.** Detta område rör huruvida det finns mål att sträva mot och i vilken utsträckning det ställs krav på individen i dennes arbete.

den ekonomiska ersättningen.

8. **Fysisk säkerhet.** Detta område handlar om i vilken mån individen utsätts för olika typer av fysiska risker.
9. **Att bli respekterad.** Denna faktor lyfter vikten av att uppskattas av andra och att utföra ett arbete som andra värderar och anser viktigt. Här lyfts också vikten av att ha ett arbete över huvud taget eftersom det i samhället bedöms som viktigt att ha ett "riktigt" arbete.
10. **Stödjande ledarskap.** Detta handlar om vilken typ av ledarskap som finns på arbetsplatsen och i vilken mån detta ledarskap är stödande och hjälpande till sin karaktär.
11. **Karriärmöjligheter.** Här lyfts frågan i vilken utsträckning individen har möjlighet till karriär- och yrkesmässig utveckling.



INFORMATION OM ARBETS- OCH MILJÖMEDICIN



BOKA VÅRA TEMADAGAR!

Anmäl dig till temaeftermiddagen den 15 maj: *Ergonomisk utredning och åtgärder för ökad hälsa och bättre arbetsmiljö – forskningsbaserad metodutveckling* med Charlotte Wählin, Mikael Forsman, Dirk Jonker och Bo Rolander. Dagen anordnas på Hotell Högland, Esplanaden 4 i Nässjö.

Den 28 augusti anordnas en temadag i Linköping inriktad på kopplingen mellan arbetsmiljö och patientsäkerhet. Temadagen riktar sig främst till sjukvården och den kommunala omsorgen. Mer information kommer under våren.

Den 18 september anordnas en temadag på Louis De Geer i Norrköping med titeln *"Hur kan vi utreda och åtgärda mobbning i arbetslivet?"* Huvudtalare är professor Ståle Einarsen från Bergen i Norge. Han är en av världens mest kunniga forskare och har varit delaktig i att utveckla ett nationellt norskt handlingsprogram för utredning av mobbning på arbetsplatsen. Ståle är också en mycket skicklig och uppskattad föreläsare. Mer information kommer under våren.

För anmälan eller mer information, kontakta Anna-Lena Hällsten: 010-103 14 52 eller anna-lena.hallsten@lio.se. OBS: Ange namn och fullständiga adressuppgifter, inklusive fakturaadress. Ange eventuell önskan om specialkost.

NÄSTA NYHETSBRÄV

Nästa nyhetsbrev kommer i juni. Har du frågor eller något du vill dela med dig av? Hör gärna av dig!

SÄNDLISTA & PRENUMERATION

Vill du finnas med på vår e-sändlista som används för Avisen, inbjudningar till temadagar osv? Skicka dina kontaktuppgifter till amm@lio.se eller direkt till redaktören.

Arbets- och miljömedicin (AMM) i Linköping är en regionklinik för landstingen i Östergötland, Jönköping och Kalmar län. Verksamheten består av en landstingsenhet och en universitetsavdelning. Vårt arbete är inriktat mot att klarlägga och förebygga ohälsa orsakad av faktorer i arbetsmiljön och/eller den yttre miljön.

Kliniken utreder misstänkta samband mellan yrkes- och miljöexponeringar och sjuklighet på individ- och gruppnivå. Våra utredningar gäller bl.a. exponeringar för

- kemikalier t.ex. lösningsmedel
- fysikaliska faktorer t.ex. vibrationer
- ergonomiska faktorer t.ex. felaktig arbetsställning
- psykosociala faktorer t.ex. stress, mobbning

Vi tar emot ca 160-170 patienter per år för utredning av arbetsrelaterad ohälsa. De flesta remitteras från primärvården eller företagshälsovården (specialistvårdsremiss krävs INTE). De flesta patienter kallas för utredning inom en till två månader.

Medarbetare vid Arbets- och miljömedicin i Linköping deltar i grundutbildningen för blivande läkare, folkhälsovetare, psykologer, medicinska biologer och andra studenter vid Linköpings universitet. Vidare ges forskarutbildningskurser samt en fristående kurs i epidemiologi och statistik.

I övrigt finns bland medarbetarna en kompetens att delta vid kurser, konferenser och seminarier med föreläsningar om t.ex. stress, hälsa, riskbedömningar, epidemiologi, osv.

Kunskapspridning sker även på vår hemsida samt vid olika temadagar och informationsmöten.

Uppdragsgivare för Arbets- och miljömedicin är landstingen i Östergötlands, Kalmar och Jönköpings län, enskilda patienter, företag, försäkringskassa, företagshälsovård, fackliga organisationer och AMF.

Mer information om hela vår omfattande verksamhet finns på www.lio.se/amm

Har du frågor eller vill du ha hjälp? Tveka inte att kontakta oss! Telefonnummer direkt till våra olika specialister finns på hemsidan.



FRÅN REDAKTÖREN

Vi hoppas att du ska få god användning av det som vi tar upp. Sprid gärna nyhetsbrevet vidare till personer som du tror är intresserade av innehållet.

Du är också mycket välkommen att bidra med kommentarer och frågor. Önskar du att vi tar upp något särskilt - hör av dig!

Stefan Blomberg
Legitimerad psykolog
Organisationskonsult

ADRESS & TELEFON

Arbets- & miljömedicin
Universitetssjukhuset
581 85 Linköping

010-103 14 41/42 (reception)

E-POST & HEMSIDA

amm@lio.se
www.lio.se/amm

PRENUMERATION/SÄNDLISTA

För att e-prenumerera skickar du ett mail med dina kontaktuppgifter och uppgifter om vem du är samt vad du jobbar med till amm@lio.se eller direkt till redaktören.

Avisen är ett nyhetsbrev som berör olika aspekter inom arbetsmiljöområdet samt miljömedicin.

AVISEN

Volym 3, Nr 1

Redaktör:
Stefan Blomberg
stefan.blomberg@lio.se

Ansvarig utgivare:
Bengt Ståhlbom
bengt.stahlbom@lio.se