

## Syge på arbejde øger deres risiko for depression

**Ansattes sygefravær er** i fokus for mange arbejdsgivere, der ser det som både omkostningsfuldt og som et tegn på dårlig trivsel og helbred. Mindre opmærksomhed er der på et voksende problem, relateret hertil – det såkaldte *sygenærvær* (SN), der består i, at ansatte møder på arbejdet, selv om de føler sig syge (gælder ikke kronisk syge).

På europæisk plan er Danmark et af de lande, hvor sygenærvær er hyppigst forekommende (op til 50 % i Danmark, i forhold til gennemsnit 41 % for mænd og 45 % for kvinder i Europa). Denne udvikling kan være problematisk, idet flere undersøgelser viser, at det at møde syge på arbejdet forringer helbredet yderligere, ud over at det nedsætter arbejdsevnen og er omkostningsfuldt for arbejdspladsen. Sygenærvær øger risikoen for en række helbredsproblemer, herunder hjertekarsygdomme, dårlig psykisk trivsel samt lavt selv-vurderet helbred, og det kan resultere i senere langtidssygefravær.

Denne artikel har som formål at kaste yderligere lys over sygenærværets helbredsmæssige konsekvenser. Mere præcist undersøges hvorvidt det at møde syge på arbejde kan øge risikoen for depression, der anses som en af de hyppigst forekommende lidelser i middel- og højindkomstlande.

Studiet tager udgangspunkt i en spørgeskemaundersøgelse af psykisk arbejdsmiljø, helbred og velbefindende blandt 1271 ansatte ved 60 danske virksomheder, som deltog i både 2006 og 2008. Forekomst af depressive symptomer hos de ansatte blev undersøgt ved hjælp af den anerkendte test, *Major Depression Inventory*, der er udviklet ud fra DSM-IV.

Resultaterne viser, at 4,9 % af de ansatte udviklede en depression i den toårige periode, hvor undersøgelsen forløb, og der ses en statistisk signifikant sammenhæng med sygenærvær. Ifølge undersøgelsen forøges risikoen for depression med mere end det dobbelte, hvis man møder syge på arbejdet i mere end 8 dage sammenlagt på et år. Resultatet blev kontrolleret for forhold, der kunne forstyrre sammenhængen, herunder blandt andet helbredsproblemer og dårligere psykisk helbred ved starten af undersøgelsen, men dette viste sig ikke at have signifikant indflydelse på sammenhængen imellem sygenærvær og depression.

Sammenhæng imellem sygenærvær og depression kan forklares på flere måder. En mulig forklaring kan være, at man ikke når at blive rask efter sygdom før man går på arbejder igen. Når man arbejder mens man er syg, er ens arbejdsevne ofte nedsat. Dette resulterer i, at man må lægge ekstra energi i arbejdet for at nå det forventede, hvilket øger stressniveauet og i sidste ende begrænser restitutionen. I denne onde spiral når man således aldrig at komme sig over sygdommen. Det belaster kroppen og det kan over længere tid danne grundlag for psykiske lidelser såsom depression.

En anden forklaring på sammenhængen kan være, at det at møde syge på arbejde kan følges af anden adfærd, der er skadelig for helbredet. Eksempelvis at man ikke får nok søvn, ikke er fysisk aktiv, spiser usundt osv. – adfærd, der øger risikoen for at udvikle depression.

En tredje forklaringsmulighed kan være, at det at møde syge på arbejde kan give grund til gnidninger med kolleger, der må arbejde ekstra, fordi den syge ikke kan producere så meget, som det forventes. Det dårlige sociale miljø kan lede til dårligere psykisk helbred og i sidste ende depression.

Undersøgelsen peger på sygenærvær som et aktuelt fænomen, der kræver opmærksomhed på lige fod med sygefravær, idet det kan have alvorlige konsekvenser for det psykiske helbred. Risikoen for at udvikle en depression øges signifikant hvis den ansatte møder syge på arbejde mere end 8 dage på et år (gælder ikke ved kronisk sygdom). Disse resultater kan være en påmindelse til forskere og arbejdsgivere om at udvide deres perspektiv i forståelsen af sammenhængen imellem ansattes mødeadfærd, helbred og arbejdsevne. På baggrund af denne viden bør ledere og HR-konsulenter øge opmærksomheden på sygenærværet og forsøge at forebygge, at de ansatte presses til at møde på arbejde trods sygdom. Dette kan være et skridt på vejen til en arbejdsplads med mere trivsel og i sidste ende mindre sygefravær.

**Reference:** Conway, P.M., Hogh, A., Rugulies, R., Hansen, Å.M. (2014): Is sickness presenteeism a risk factor for depression? A Danish 2-year follow-up study. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 56(6):595-603.

**Forfatter/kontakt:** Ida Emilie Fjord-Larsen, videnskabelig assistent, Institut for Psykologi, Københavns Universitet, ida.fjord-larsen@psy.ku.dk eller Paul Maurice Conway, gæstelektor, Institut for Psykologi, Københavns Universitet, paul.conway@psy.ku.dk.