

Et fysisk hårdt arbejdsliv har store konsekvenser for helbred og tilbagetrækning

Et hårdt arbejdsliv har store konsekvenser for helbredet og tilknytningen til arbejdsmarkedet. Tal fra LO's spørgeskemaundersøgelse om arbejdsmiljø og tilbagetrækning viser, at hver tredje med et fysisk belastende arbejdsmiljø har svært ved at se sig selv på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen. For gruppen med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø gælder det blot 5 pct. Den vurderede risiko for ikke at kunne blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen er ca. 6 gange større for personer med et hårdt fysisk arbejde end for personer der ikke har et hårdt fysisk arbejde, når der tages højde for faktorer såsom rygning, motion, alkohol, kost og søvn.

Dette hænger tæt sammen med, at gruppen med et fysisk belastende arbejdsmiljø har et dårligere fysisk og psykisk helbred, er mere begrænsede i deres dagligdagsaktiviteter, tager mere medicin for at klare arbejdsdagen og har flere smerter i løbet af arbejdsdagen end gruppen med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø.

Det fysiske arbejdsmiljø spiller således en væsentlig rolle for den enkeltes helbred. Det viser sig ligeledes ved, at et hårdt fysisk arbejde mere end fordobler risikoen for et dårligt fysisk helbred, selv når der tages højde for faktorer såsom rygning, motion, alkohol, kost og søvn.

Dette billede står i stærk kontrast til den bebudede yderligere forhøjelse af pensionsalderen samt den stærkt faldende bevilling til arbejdsmiljøindsatsen. En yderligere forhøjelse af pensionsalderen vil udelukkende føre til større social skævhed, hvor flere med et belastende fysisk arbejdsmiljø kan risikere at forlade arbejdsmarkedet ufrivilligt på grund af nedslidning.

LO's survey-undersøgelse

Følgende analyse tager udgangspunkt i data fra LO's survey-undersøgelse fra oktober 2016. Analysebureauet Epinion har i perioden 23. september – 10. oktober 2016 interviewet 3.475 personer mellem 18 og 75 år vedrørende en lang række spørgsmål om sundhed, pensionsalder, arbejdsmiljø samt tilbagetrækning fra arbejdsmarkedet. Undersøgelsen omhandler således både nuværende og tidligere lønmodtageres vilkår på arbejdsmarkedet.

Nærværende analyse vil tage udgangspunkt i en afgrænset gruppe bestående af lønmodtagere, dagpengemodtagere og langtidssyge.

I denne gruppe udgør lønmodtagerne med eller uden personaleansvar en andel på 90 pct., hvorfor gruppen i generelle termer vil blive omtalt som lønmodtagere.

Analysemetode

I det følgende anvendes dels beskrivende statistik i form af krydstabuleringer og dels analytisk statistik i form af logistiske regressionser. Den beskrivende statistik benyttes med henblik på at belyse, i hvilket omfang helbredsvilkårene blandt dem med et fysisk belastende arbejdsmiljø adskiller sig fra helbredsvilkårene for dem med et almindeligt arbejdsmiljø.

Den analytiske statistik (se side 10-12) bruges til at belyse, om en påvist forskel mellem dem med et fysisk hårdt arbejde og dem der ikke har et hårdt fysisk arbejde opretholdes, når der kontrolleres for andre forhold, fx rygning eller motion. Et dårligere helbred blandt personer med et hårdt fysisk arbejdsmiljø kunne blandt andet hænge sammen med, at de ryger mere eller dyrker mindre motion. Men via en regressionsanalyse er det netop muligt at undersøge, hvorvidt arbejdsmiljøet har signifikant betydning for helbredet, når der kontrolleres for andre faktorer såsom fx kost, rygning, alkohol og motion.

Den deskriptive analyse vil gøre brug af en opdeling af lønmodtagere i to grupper med henholdsvis et almindeligt fysisk arbejdsmiljø og et belastende fysisk arbejdsmiljø. Denne opdeling skaber et klart grundlag at undersøge og sammenligne arbejdsforhold og helbred på tværs af arbejdsmiljøforhold ud fra.

Den følgende tabel viser, hvordan respondenterne fra LO's spørgeskemaundersøgelse er blevet fordelt i de to forskellige arbejdsmiljøgrupper.

Tabel 1. Operationalisering af hhv. almindeligt og belastende fysisk arbejdsmiljø

	Almindeligt fysisk arbejdsmiljø	Belastende fysisk arbejdsmiljø
	Gruppen med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø indeholder de lønmodtagere, som har angivet ét af de følgende svar på <i>begge</i> spørgsmål	Gruppen med et belastende fysisk arbejdsmiljø indeholder de lønmodtagere, som har angivet ét af de følgende svar på <i>begge</i> spørgsmål
Spørgsmål: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? Arbejdet er fysisk hårdt.	Svarkategorier: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Helt uenig ▪ Delvist uenig ▪ Hverken enig eller uenig 	Svarkategorier: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Helt enig ▪ Delvis enig
Spørgsmål: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? Mit arbejde er kendetegnet ved belastende arbejdsstillinger	Svarkategorier: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Helt uenig ▪ Delvis uenig ▪ Hverken enig eller uenig 	Svarkategorier: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Helt enig ▪ Delvis enig
Total	Antal respondenter: 767	Antal respondenter: 431

Kilde: Epinion for LO, oktober 2016

De der er helt enige eller delvis enige i, at deres arbejde er fysisk hårdt, og som samtidigt er enige eller delvist enige i, at deres arbejde er kendetegnet ved belastende arbejdsstillinger, kategoriseres som havende et 'belastende fysisk arbejdsmiljø'.

Omvendt, de der er hverken enige eller uenige, uenige eller helt uenige i at deres arbejde er fysisk hårdt og som samtidigt er helt uenige, uenige, eller hverken enige eller uenige i, at deres arbejde er kendetegnet ved belastende arbejdsstillinger, kategoriseres som havende et 'almindeligt fysisk arbejdsmiljø'. Første del af analysen (den beskrivende del) vil således være baseret på svar fra 1.198 respondenter (jf. tabel 1).

For at inddrage flere observationer og mere præcision i den efterfølgende regressionsanalyse (side 10-12), tages der her blot udgangspunkt i ét af spørgsmålene fra tabel 1 - nemlig om arbejdet er fysisk hårdt.

Et belastende fysisk arbejdsmiljø har store konsekvenser for helbredet

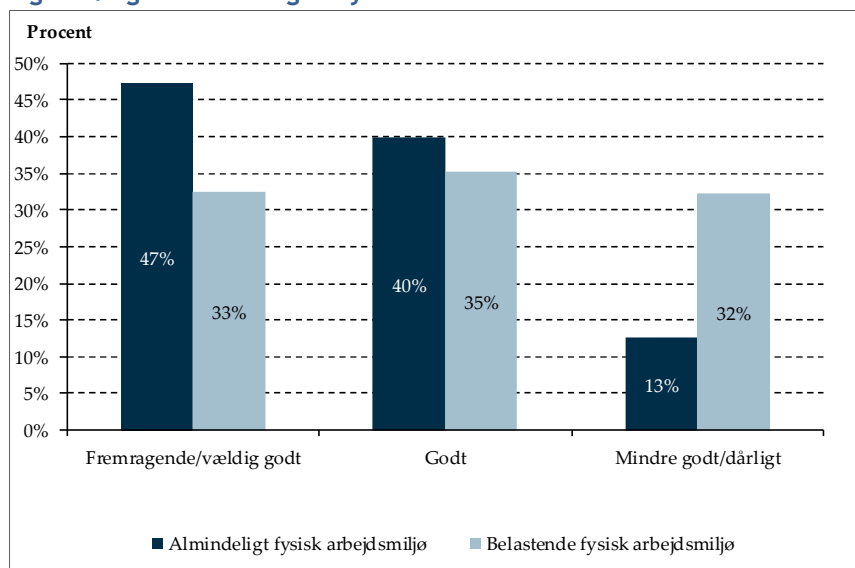
Ulighed i fysisk helbred

Op mod hver tredje af de lønmodtagere der har et belastende fysisk arbejdsmiljø vurderer deres fysiske helbred som mindre godt eller dårligt. Det er over dobbelt så mange som blandt de lønmodtagere der har et almindeligt fysisk arbejdsmiljø. Blandt de som har et almindeligt fysisk arbejdsmiljø er det 13 pct., der synes, at deres fysiske helbred er mindre godt eller dårligt.

Omvendt ser omkring halvdelen af lønmodtagerne med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø deres helbred som fremragende eller

vældig godt, mens det samme gælder for blot hver tredje at dem med et belastende fysisk arbejdsmiljø (jf. figur 1).

Figur 1. Egen vurdering af fysisk helbred



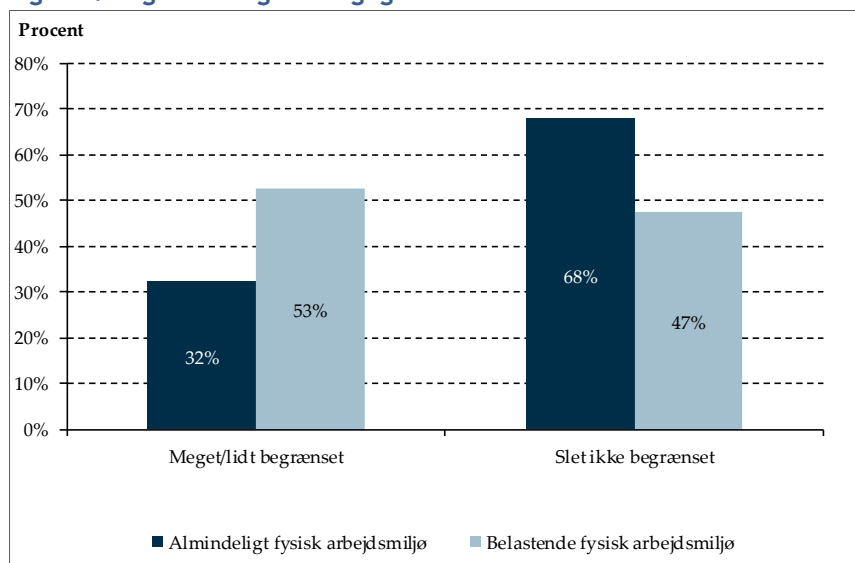
Anm.: Spørgsmålet lyder: Hvordan synes du, at dit fysiske helbred er?
Kilde: Epinion for LO, oktober 2016.

Uligheden i selv vurderet fysisk helbred går igen, når det handler om begrænsninger i daglige aktiviteter.

Fysisk hårdt arbejde har konsekvenser for dagligdagen

Over halvdelen af de lønmodtagere der har et belastende fysisk arbejdsmiljø angiver, at de er fysisk begrænset i en eller flere af ni konkrete dagligdagsaktiviteter. Blandt personer med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø gør det samme sig gældende for hver tredje. Således oplever dem med et fysisk belastende arbejdsmiljø at være væsentligt mere begrænset i deres daglige aktiviteter end dem med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø (jf. figur 2).

Figur 2. Begrænsninger i daglige aktiviteter



Anm.: Spørgsmålet lyder: Er du på grund af dit helbred begrænset i disse aktiviteter? 1) Lettere aktiviteter som at flytte et bord, støvsuge eller cykle, 2) Løfte eller bære dagligvarer, 3) Gå flere etager op ad trapper, 4) Gå én etage op ad trapper, 5) Bøje sig ned og gå i knæ, 6) Gå mere end en kilometer, 7) Gå nogle hundrede meter, 8) Gå hundrede meter, 9) Gå i bad og tage tøj på.

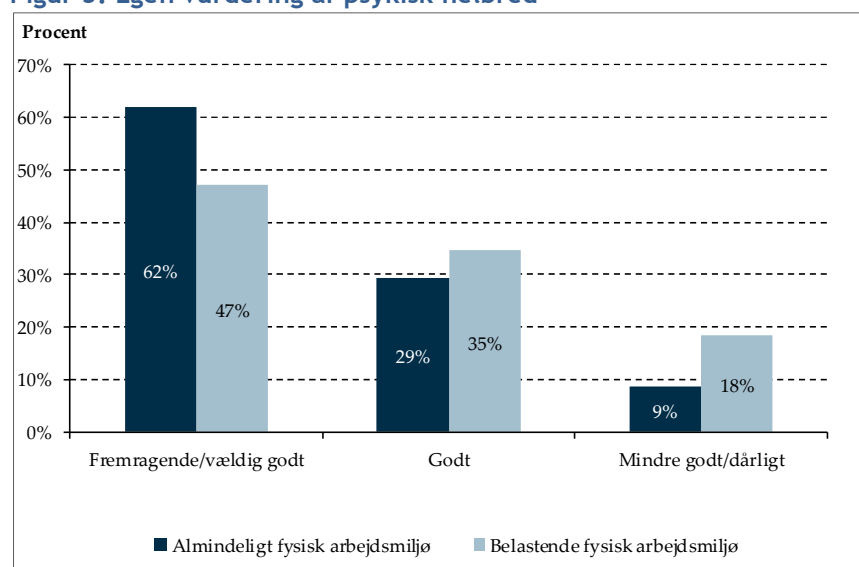
Kilde: Epinion for LO, oktober 2016.

Ulighed i psykisk helbred

Men det er ikke kun på de rent fysiske helbredsparametre, at der er ulighed mellem de to arbejdsmiljøgrupper. Ser man på respondenternes vurdering af deres psykiske helbred, går uligheden igen. Næsten hver femte af dem med et fysisk belastende arbejdsmiljø har et mindre godt eller dårligt psykisk helbred, mens det samme gælder for lidt under hver tiende af dem med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø (jf. figur 3).

Et fysisk belastende arbejdsmiljø har således ikke kun konsekvenser for ens fysiske helbred, men kan også være udslagsgivende i forhold til det mentale helbred.

Figur 3. Egen vurdering af psykisk helbred



Anm.: Spørgsmålet lyder: Hvordan synes du, at dit psykiske helbred er?

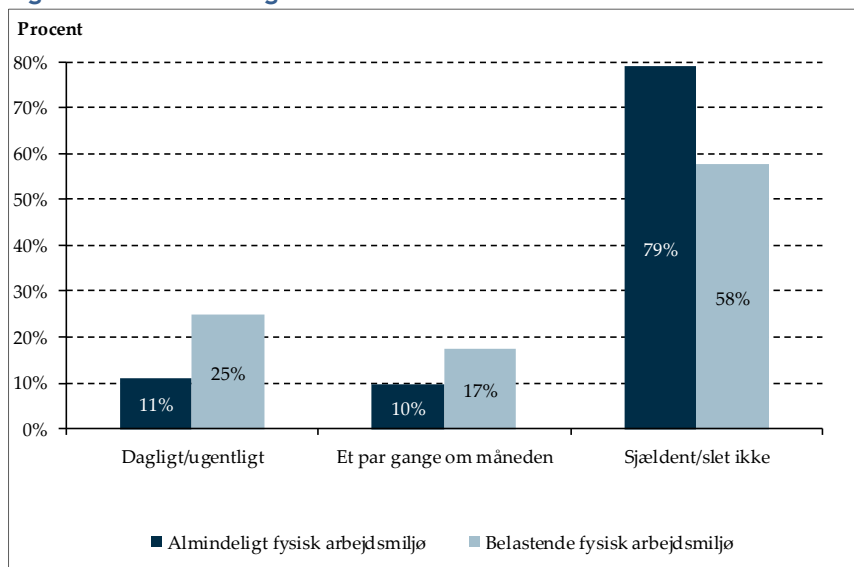
Kilde: Epinion for LO, oktober 2016.

Et belastende fysisk arbejdsmiljø fører til større medicinforbrug

Medicinforbruget stiger med fysisk belastende arbejde

Hver fjerde af dem med et belastende fysisk arbejdsmiljø tager smertestillende medicin dagligt eller ugentligt for at klare arbejdsdagen. Blandt dem med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø gør det samme sig gældende for hver tiende. Der tegner sig således et billede af, at et fysisk belastende arbejdsmiljø fører til et væsentligt højere medicinforbrug (jf. figur 4).

Figur 4. Andel der tager smertestillende medicin



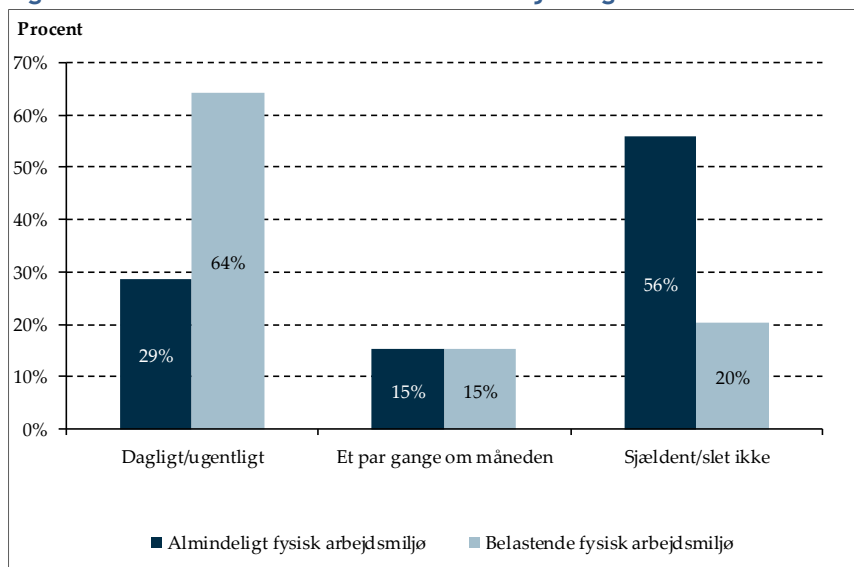
Anm.: Spørgsmålet lyder: Hvor ofte tager du smertestillende medicin for at klare arbejdsdagen?

Kilde: Epinion for LO, oktober 2016.

Smerter på jobbet rammer skævt

Det skæve forbrug af smertestillende medicin hænger tæt sammen med, at dem med et belastende fysisk arbejdsmiljø er stærkt prægede af smerter i dagligdagen. Godt to tredjedele af dem med et belastende fysisk arbejdsmiljø oplever daglige eller ugentlige smerter i kroppen, når de arbejder. Det er over dobbelt så mange som blandt dem med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø, hvor det er lidt under hver tredje der oplever ugentlige eller daglige smerter i løbet af arbejdsdagen (jf. figur 5).

Figur 5. Andel med smerter i løbet af arbejdsdagen



Anm.: Spørgsmålet lyder: Hvor ofte oplever du smerter i kroppen i løbet af arbejdsdagen?

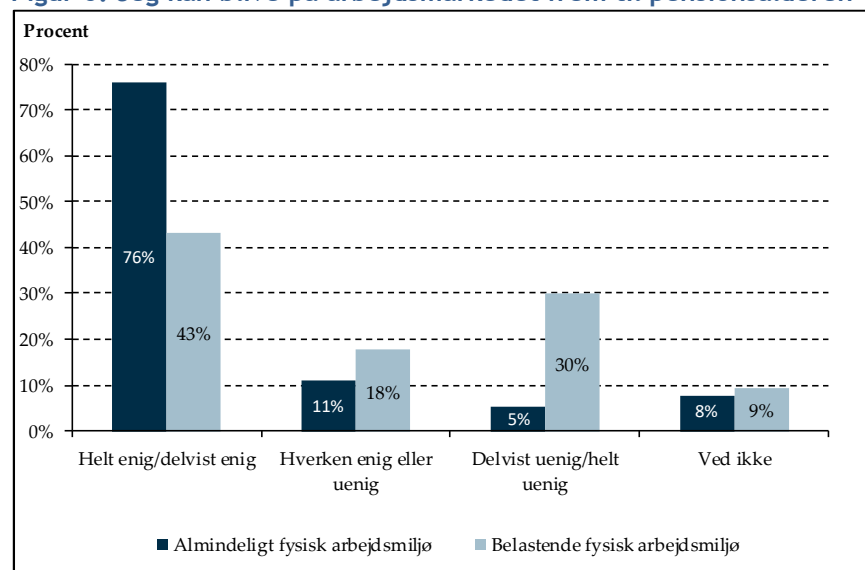
Kilde: Epinion for LO, oktober 2016.

Et belastende fysisk arbejdsmiljø har betydning for tilknytningen til arbejdsmarkedet

Fysisk hårdt arbejde gør pensionsalderen svær at nå

Op mod hver tredje af lønmodtagerne med et belastende fysisk arbejdsmiljø har svært ved at se sig selv på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen. En tredjedel af dem med et belastende fysisk arbejdsmiljø er nemlig enten delvist eller helt uenige i, at de kan blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen. Ser man på gruppen med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø er billedet dog helt anderledes. Blandt dem, er det kun 5 pct., der ikke mener, at de kan blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen (jf. figur 6).

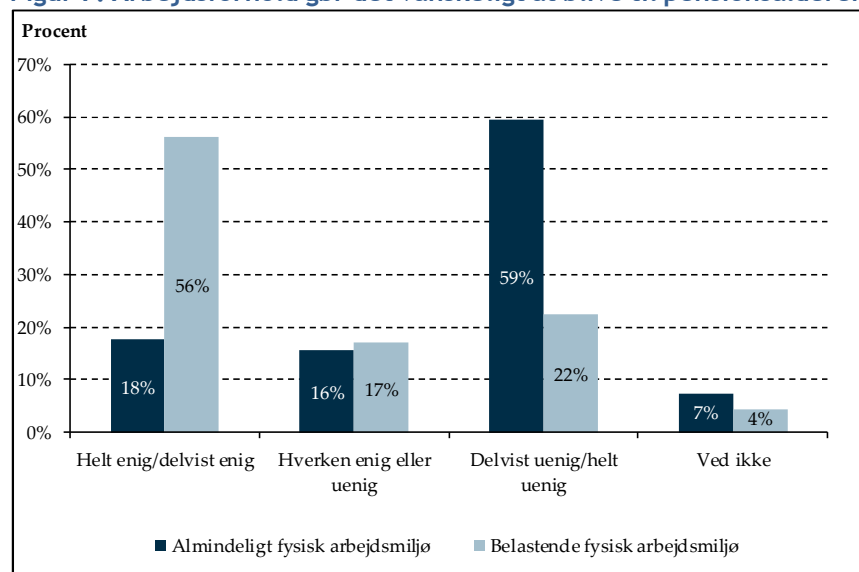
Figur 6. Jeg kan blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen



Anm.: Spørgsmålet lyder: Jeg kan blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen?
Kilde: Epinion for LO, oktober 2016.

Der tegner sig således et billede af, at gruppen med et fysisk belastende arbejdsmiljø oplever at være langt mere udfordret ift. at blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen end gruppen med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø. Dette hænger tæt sammen med, at over halvdelen af dem med et belastende fysisk arbejdsmiljø angiver, at der er forhold i deres arbejdsliv, som kan gøre det vanskeligt at blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen. For dem med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø gælder det tilsvarende for ca. hver femte (jf. figur 7).

Figur 7. Arbejdsforhold gør det vanskeligt at blive til pensionsalderen



Anm.: Spørgsmålet lyder: Der er forhold i mit arbejdsliv, der kan gøre det vanskeligt for mig at blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen?

Kilde: Epinion for LO, oktober 2016.

Arbejds miljø forklarer en stor del af uligheden i sundhed

I debatten om ulighed i sundhed og arbejdsmiljø hører man ofte om de såkaldte KRAM-faktorer, som er en betegnelse der omfatter livsstilsfaktorerne kost, rygning, alkohol og motion. Introduktionen af disse faktorer foranlediger ofte at arbejdsmiljøet bliver negligeret som årsagsforklaring på ulighed i sundhed.

Men som de ovenstående tal og figurer illustrerer, tegner der sig et billede af, at arbejdsmiljøet har en selvstændig betydning for lønmodtagernes sundhed på trods af, at KRAM-faktorerne også har betydning. Folk med et fysisk belastende arbejde har generelt et dårligere helbred målt på flere parametre.

Forskelle i livsstil

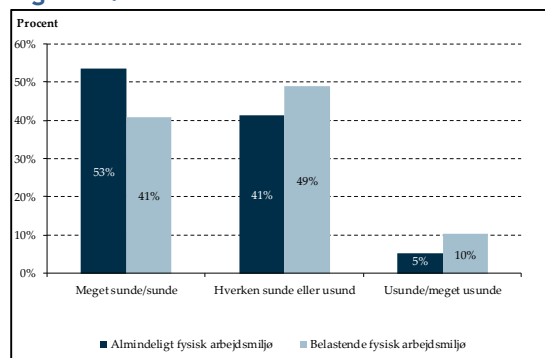
Undersøgelsen tyder på, at folk med et fysisk belastende arbejdsmiljø dyrker lidt mindre motion, spiser lidt mere usundt, ryger lidt mere og drikker mindre end folk med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø. Når man kigger på forskellen i de forskellige livsstilsfaktorer på tværs af det fysiske arbejdsmiljø, er forskellen dog minimal.

Ser man på respondenternes kostvaner, angiver 10 pct. af dem med et fysisk belastende arbejdsmiljø, at de har usunde eller meget usunde kostvaner, mens det tilsvarende gør sig gældende for 5 pct. af dem med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø (jf. figur 8a). Der er således tale om en forskel på 5 pct.-point.

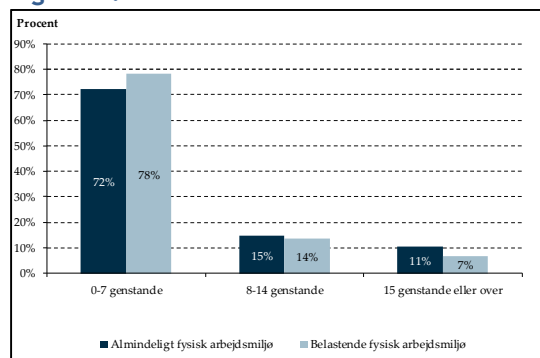
Når det kommer til alkohol angiver 22 pct. af dem med et belastende fysisk arbejdsmiljø, at de drikker mere end syv genstande

ugentligt, mens det samme gør sig gældende for 28 pct. af dem med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø (jf. figur 8b).

Figur 8a. Kostvaner



Figur 8b. Alkoholvaner



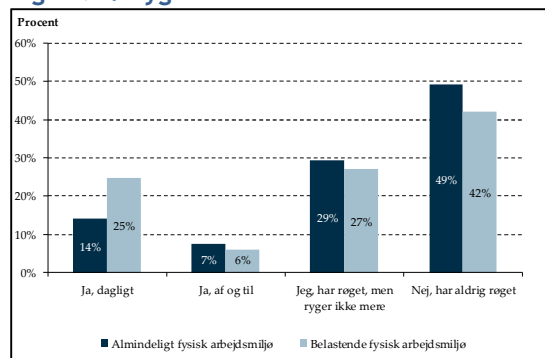
Anm.: Spørgsmålet til figur 8a lyder: Hvordan vurderer du dine kostvaner alt i alt? Spørgsmålet til figur 8b lyder: Hvor meget alkohol drikker du i gennemsnit om ugen?

Kilde: Epinion for LO, oktober 2016.

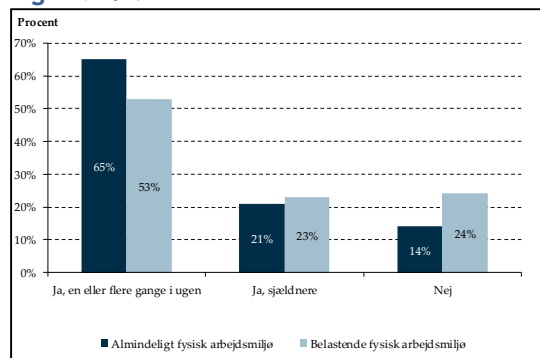
Ser man i stedet på rygning og motion, bliver forskellen mellem de to grupper en lille smule større. 21 pct. af dem med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø ryger dagligt eller af og til. Blandt dem med et fysisk belastende arbejdsmiljø gør det samme sig gældende for 31 pct. (jf. figur 9a). Der er således tale om en forskel på 10 pct.-point.

Når det kommer til motionsvaner angiver 14 pct. af dem med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø, at de ikke dyrker motion, mens det samme gør sig gældende for 24 pct. af gruppen med et belastende fysisk arbejdsmiljø (jf. figur 9b). Her er der derfor ligeledes tale om en forskel mellem de to grupper på 10 pct.-point.

Figur 9a. Rygevaner



Figur 9b. Motionsvaner



Anm.: Spørgsmålet til figur 9a lyder: Ryger du? Spørgsmålet til figur 9b lyder: Dyrker du motion? Besvarelse er blandt lønmodtagere m/u personaleansvar, dagpengemodtagere m/u aktivering og langtidssyge.

Kilde: Epinion for LO, oktober 2016.

Svarene viser således, at gruppen med et belastende fysisk arbejdsmiljø ryger mere, drikker mindre, spiser lidt mere usundt, og dyrker lidt mindre motion end gruppen med et almindeligt fysisk arbejdsmiljø.

Arbejdsmiljø har betydning for sundheden

Analysen viser således, at der er forskelle i livsstil, men at forskellene er langt mindre end de helbredsmæssige forskelle tilsiger.

Med andre ord indikerer tallene, at arbejdsmiljøet også spiller en væsentlig rolle for den enkeltes helbred.

Et hårdt fysisk arbejde mere end fordobler risikoen for et dårligt fysisk helbred

Ser man nærmere på tallene med afsæt i en regressionsanalyse, bliver sammenhængen mellem arbejdsmiljø og helbred endnu tydeligere. Analysen viser nemlig, at personer med et fysisk hårdt arbejde har ca. 2½ gange så stor risiko for at have et dårligt fysisk helbred som personer der ikke har et fysisk hårdt arbejde, selv når der renses for effekterne fra faktorer såsom rygning, motion, alkoholforbrug, kostvaner, søvn (og endda det psykiske arbejdsmiljø), jf. tabel 2.

Tabel 2. Sandsynligheden for at have et dårligt fysisk helbred

Forklarende variable	Sandsynlighed for dårligt fysisk helbred (Odds ratio)	Signifikans
Hårdt fysisk arbejde (<i>reference: ikke hårdt fysisk arbejde</i>)	2,55	***
Belastende psykisk arbejde (<i>reference: Ikke belastende psykisk arbejde</i>)	1,62	***
Ryger (<i>reference: ryger ikke</i>)	1,08	-
Usund kost (<i>reference: spiser sundt</i>)	2,12	***
Ingen motion (<i>reference: motionerer</i>)	1,79	***
Alkoholforbrug over anbefalinger (<i>reference: forbrug i overensstemmelse med anbefalinger</i>)	1,04	-
Forstyrret søvn (<i>reference: sover godt</i>)	3,34	***
Konstant	-	***

Anm.: Analysen er foretaget vha. en logistisk regressionsmodel. Antal respondenter: 1.467. ** indikerer at den forklarende variabel er signifikant på et 5%-signifikansniveau, mens *** indikerer at variabelen er signifikant på et 1%-signifikansniveau. Variable der ikke er signifikante er markeret med en strek.

Kilde: Epinion for LO, oktober 2016

Samtidig er flere af KRAM-faktorerne også signifikante, jf. tabel 2. At ikke alle KRAM-faktorerne i modellen er signifikante kan bl.a. skyldes en betydelig intern korrelation mellem disse faktorer. Med andre ord at de stjæler forklaringskraft fra hinanden. Overordnet set har KRAM-faktorerne også betydning for helbredsbedømmelsen – ligesom det er tilfældet for både det fysiske og det psykiske arbejdsmiljø.

Undersøgelsen tydeliggør dermed, at forskellige livsstilsfaktorer langt fra alene kan forklare uligheden i sundhed. Når det gælder det fysiske helbred synes både det psykiske og særligt det fysiske arbejdsmiljø således at have markant betydning.

Et hårdt fysisk arbejde gør det svært at holde til pensionsalderen

Sammenhængen mellem et hårdt fysisk arbejde og et dårligt fysisk helbred går igen i forhold til udfordringerne ved at kunne blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen.

Her har personer med et hårdt fysisk arbejde ca. 6 gange så stor sandsynlighed for at vurdere, at de ikke kan holde frem til pensionsalderen sammenlignet med personer, der ikke har et hårdt fysisk arbejde, *jf. tabel 3*. Dette resultat er ligeledes rensset for rygning, kost, motion, alkoholforbrug, søvn (og et belastende psykisk arbejdsmiljø).

Et hårdt fysisk arbejde synes altså at medføre en markant risiko for nedslidning, der gør det svært at blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen.

Tabel 3. Sandsynligheden for at angive, at man ikke kan holde frem til pensionsalderen

Forklarende variable	Sandsynlighed for dårligt fysisk helbred (Odds ratio)	Signifikans
Hårdt fysisk arbejde (<i>reference: ikke hårdt fysisk arbejde</i>)	5,98	***
Belastende psykisk arbejde (<i>reference: ikke belastende psykisk arbejde</i>)	1,16	-
Ryger (<i>reference: ryger ikke</i>)	1,13	-
Usund kost (<i>reference: spiser sundt</i>)	1,05	-
Ingen motion (<i>reference: motionerer</i>)	0,82	-
Alkoholforbrug over anbefalinger (<i>reference: forbrug i overensstemmelse med anbefalinger</i>)	1,72	***
Forstyrret søvn (<i>reference: sover godt</i>)	1,64	***
Konstant	-	***

Anm.: Analysen er foretaget vha. en logistisk regressionsmodel. Antal respondenter: 1.354. ** indikerer at den forklarende variabel er signifikant på et 5%-signifikansniveau, mens *** indikerer at variabelen er signifikant på et 1%-signifikansniveau. Variable der ikke er signifikante er markeret med en streg.

Kilde: Epinion for LO, oktober 2016

Igen er søvn en signifikant faktor, ligesom alkoholvanerne også synes at være det, *jf. tabel 3*. Som også før nævnt kan den generelt lavere signifikans blandt KRAM-faktorerne i modellen bl.a. skyldes en betydelig intern korrelation mellem disse faktorer.

Uanset livsstilsfaktorernes betydning synes det fysiske arbejdsmiljø tydeligvis at spille en helt afgørende rolle i forhold til folks vurderede evne til at kunne blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen.

For en uddybende forklaring af, hvordan resultaterne i tabel 2 og 3 fortolkes, se *boks 1*.

Boks 1. Logistisk regression og odds ratio

Sandsynligheden for henholdsvis at have et dårligt fysisk helbred og at kunne blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen er estimeret ved at benytte en binær logistisk regressionsmodel. De afledte effekter, dvs. sandsynligheder, for at have et dårligt fysisk helbred og at kunne blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen er udtrykt ved odds ratioer (OR). Odds ratios måler for hver variabel forskellen mellem den aktuelle gruppe og referencegruppen. Hvis odds ratio er 1, er der ingen forskel mellem de to grupper. Hvis odds ratio er over 1, angiver det, at den aktuelle gruppe i højere grad end referencegruppen har et dårligt fysisk helbred eller har sværere ved at holde frem til pensionsalderen. Hvis odds ratio er mindre end 1, betyder det, at den aktuelle gruppe i mindre grad end referencegruppen har et dårligt helbred. Kun de signifikante resultater påviser en tydelig statistisk sammenhæng. Jo tydeligere signifikans, jo mere 'sikker' er sammenhængen. Jo større odds ratios, jo større er effekten/risikoen.

Estimaterne af arbejdsmiljøets betydning i tabel 2 og tabel 3 tager højde for en række faktorer, herunder livsstilsfaktorer (KRAM) samt søvnvaner. Modellerne er derfor bedre til at præcisere effekten af arbejdsmiljøet på henholdsvis det fysiske helbred og evnen til at blive på arbejdsmarkedet frem til pensionsalderen end det er tilfældet ved en ren deskriptiv analyse. Der tages naturligvis forbehold for, at også andre faktorer, der ikke indgår i modellen, kan have betydning.