

Ta sikte på det friska råd för att avhjälpa ohälsa

Läkarna kan påverka den skenande ohälsan, men sjukfrånvaron beror på arbetstagarens relation till sin arbetsplats. Det var slutsatsen vid ett symposium om den skenande ohälsan på läkarstämman sista dag.

■ – Läkaren står inte i samhällstjänst för att minska statens utgifter. Läkaren är patientens främsta resurs.

Det sade Jan Rydh, som låg bakom fjolårets sjukförsäkringsutredning. Han framhöll också att läkarens uppgift inte är att sjukskriva patienter utan att behandla, bota och lindra.

– Läkare skriver intyg om patientens arbetsförmåga. Därefter tar försäkringskassan ställning till eventuell sjukskrivning. Sjukintyget ska beskriva patientens arbetsförmåga och låta förstå vilket arbete patienten borde kunna utföra på en rimligt organiserad arbetsplats.

Han fick medhåll av Meta Wiborgh, ordförande i Svensk förening för allmänmedicin, SFAM, och distriktsläkare i Luleå, som lyfte fram läkarens ansvar att påtala sambandet mellan individen och arbetsplatsen.

– Jag ska också ta upp de rättigheter patienten har att ställa krav på sin arbetsmiljö.

Meta Wiborgh sade också att ansvaret för förändring ligger hos både läkaren, patienter och inte minst arbetsgivaren.

Sällan bra vara sjukskriven

Paneldeltagarna i symposiet var överens om att det sällan är bra att vara sjukskriven på heltid och att det borde finnas betydligt större möjligheter än idag att hitta anpassade arbetsuppgifter åt människor som idag bara går hemma. Dessutom handlar det om attityd. Arbetsgivarens och de sjukskrivnas.

– Idag är grundinställningen »kom tillbaka när du är frisk«, en attityd som gör att människor fortsätter som långtidssjukskrivna, sade Jan Rydh. De som i stället tänker »jag måste tillbaka till jobbet för att bli frisk« är också de som återkommer i arbete snabbare.

Peter Währborg, docent vid institutet för stressmedicin i Västra Frölunda sade att skulden för de skenande sjukskrivningstalen länge legat på patienten.

– Nu har det blivit läkarnas fel. Hopas att vi snart kan passera också det stadiet.

Peter Währborg vill i stället fokusera vad som kan göras åt grundorsakerna till ohälsa.

– Mycket av den moderna ohälsan går att förebygga. Om vi bara kunde påverka människors livsstil.

Som exempel nämnde han att inte ens hälften av alla vuxna svenska män har den kondition som krävs för att klara av en åttatimmars arbetsdag. Och om människor skulle promenera 30 minuter dagligen skulle inte bara konditionen utan även den generella hälsan drastiskt förbättras.

Dessutom uppehöll sig Peter Währborg vid det faktum att kvinnor drabbas av ohälsa oproportionerligt mycket i förhållande till män. Peter Währborg avslutade sitt anförande med ett råd till sina kolleger i auditoriet:

– I avvaktan på politiska beslut och en förändring av ett kvinnofientligt samhälle så får vi promenera.

Känna sina patienter

Det kan man säga är vad Johnny Johnsson, företagsläkare vid Stora Enso i Fors, delvis har fått de anställda att göra. Genom att se över klimatet på arbetsplatsen och ge arbetstagarna möjligheter till deltagande i företagets utveckling, men också intressera sig för hela människan och hennes möjligheter till fritidsaktivitet har andelen långtidsfriska ökat från 10 procent 1991 till 40 procent 2001. Med långtidfriska avses personer som inte varit sjukskrivna en enda dag under två år. Vid de tillfällen de är nödvändigt med sjukskrivningar anser Johnny Johnsson att fundamentet måste vara en läkare som känner till sin patienter och dess arbetsplats.

– Doktorn måste veta vad patienten har för jobb eftersom man sjukskriver för arbetsförmåga.

Men det viktigaste är ändå att skapa arbetsplatser som inte gör människor sjuka och som ger möjligheter till ett gott och hållbart liv både på under och efter arbetstid.

Även publiken var aktiv med vittnesmål från verkligheten och med förslag till åtgärder. Det mest handfasta kom från Inger Sjöberg, rehabiliteringsläkare från Uppsala.

– 90 minuter är för kort tid för den här diskussionen. Låt oss bilda ett nätverk.

Sara Hedbäck

sara.hedback@lakartidningen.se

Vad var bäst på årets läkarstämman?



Göran Lagerholm, pensionerad militärläkare, Stockholm:
– Att det är i Göteborg, eftersom jag är göteborgare. Och så tyckte jag att det allmänna mötet var bra.



Johanna Forsell, läkarstuderande, termin 11 i Linköping:
– Ett seminarium om akuta neurologiska tillstånd i CNS. Men det borde ha funnits lite mer om infektion på stämman.



Agneta Iveslätt Bohman, allmänläkare, Borås:
– Jag har faktiskt sett flera helt nya preparat som var intressanta. Men mässan är lite svåröverskådlig, bättre skyltar i taket skulle hjälpa.



Gehad Alghazali klinisk immunolog från Sudan, forskar i Uppsala:
– Seminarierna om klinisk immunologi har varit bra. Hela stämman är mycket bättre organiserad än förra året.



Jerry Dahlberg, allmänläkare, Sollebrunn:
– Symposiet Trötthet – konsekvens av eller orsak till medicinska problem. Och det är roligt att träffa kolleger man inte sett på flera år och nästan inte känner igen.

Samtalsterapi hjälp mot samlagssmärta

■ Alternativa behandlingsmetoder för unga kvinnor med samlagssmärta diskuterades vid ett symposium arrangerat av Sektionen för medicinsk psykologi vid riksstämman. Många unga kvinnor drabbas av svår samlagssmärta, 19 procent av kvinnor i åldern 20–29 år har under minst ett halvår erfarenhet detta, enligt en studie vid Umeå universitet.

Det handlar ofta om flickor med bristande självkänsla och självhävande och som inte vågar känna efter eller säga nej, enligt Eva Rosmark-Calltorp, psykiater och psykoanalytiker. (LT)