

Sammanfattning av hälsosatsning I Socialförvaltningen

Hälsosatsningen var en tillfällig satsning från där anställda på socialförvaltningen som jobbade inom LSS-omsorg, äldreomsorg och på SÄBO tillfälligt fick höjt friskvårdsbidrag till 5000 kr per år och erbjudande om en schemalagd friskvårdstimme varje vecka. Satsningen finansierades av statsbidrag och kunde inte fortsätta efter 2023.

Som en del av satsningen ville de ansvariga på SOF även att satsningen skulle följas upp av forskare på Uppsala universitet och via professor Anna Sarkadis forskargrupp kopplades undertecknad in.

Uppföljningen har skett i form av enkäter vid tre tillfällen. I mars 2023, december 2023 och juni 2024. Frågorna i enkäten bygger framför allt på frågorna i Folkhälsomyndighetens nationella folkhälsoenkät (kallad HLV). Detta för att kunna jämföra svaret på frågorna från deltagarna i Hälsosatsningen med hur gotlänningar och svenskar i övrigt svarar, då HLV skickas ut vartannat år till en representativ del av befolkningen för att kunna följa dess hälsa.

Första enkäten visade på skillnader mellan deltagarna i Hälsosatsningen med svarande på Gotland och riket i stort:

- Deltagarna skattar sin allmänna hälsa som sämre.
- Deltagarna uppger högre nivåer av sjukfrånvaro senaste 12 månaderna.
- Deltagarna har mer problem med värk, sömnbesvär och trötthet.
- Deltagarna är i högre utsträckning överviktiga.
- Deltagarna har i högre utsträckning fått en depressionsdiagnos.
- Två tredjedelar av deltagarna tränar mindre än en timme i veckan.
- En fjärdedel av deltagarna har haft ekonomisk kris (d.v.s. ej kunnat betala löpande hushållsutgifter senaste 12 månaderna)

Andra enkäten visade att vissa av dessa skillnader hade minskat eller till och med försvunnit:

- Deltagarna skattade sin allmänna hälsa på samma nivåer som övriga gotlänningar.
- Deltagarna uppgav mindre antal dagar med sjukfrånvaro.
- Färre uppgav besvär med trötthet.
- Fler hade börjat träna mer än 1 timme i veckan.
- Färre som uppgav psykisk påfrestning.

Tredje enkäten visade att de flesta effekter håller i sig med en tendens till avmattning, dock tränar återigen något färre 1 timme eller mer i veckan. 80%

av deltagarna tror att friskvård på den nivå som Hälsosatsningen möjliggjorde kan bidra till att deras hälsa förbättras, och 35% uppger att de inte längre kan träna på det sätt de kunde medan satsningen pågick.

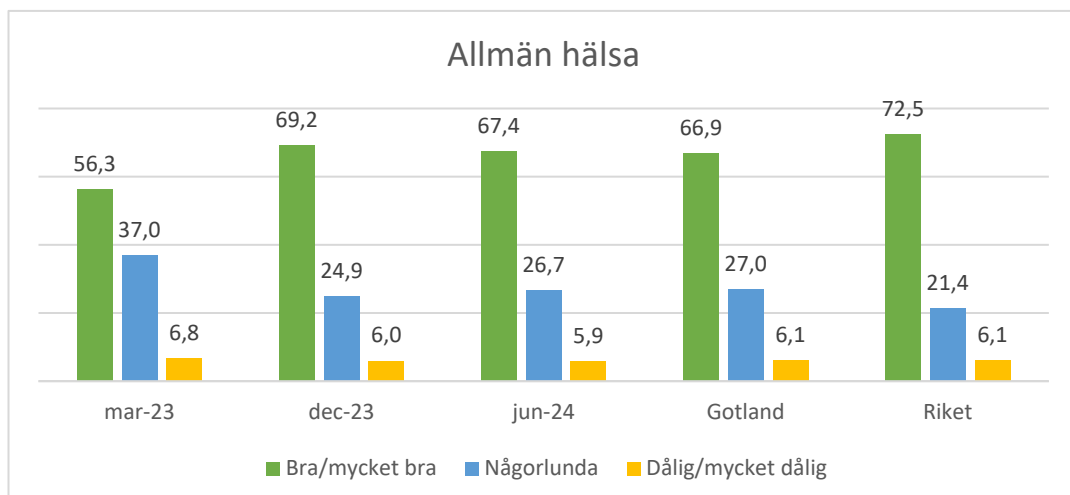
Enkäten innehöll även öppna frågor där deltagarna fått svara på deras uppfattning om själva satsningen:

- Kombinationen av högre bidrag och en schemalagd timme uppgav många som en viktig faktor för att lyckas med att få till träning.
- En annan viktig faktor som framkom var att många känt sig väldigt uppskattade av sin arbetsgivare och tyckt att det märkts på stämningen på arbetsplatsen.
- De flesta tror även att ökad friskvård ger färre sjukdagar bland personalen.

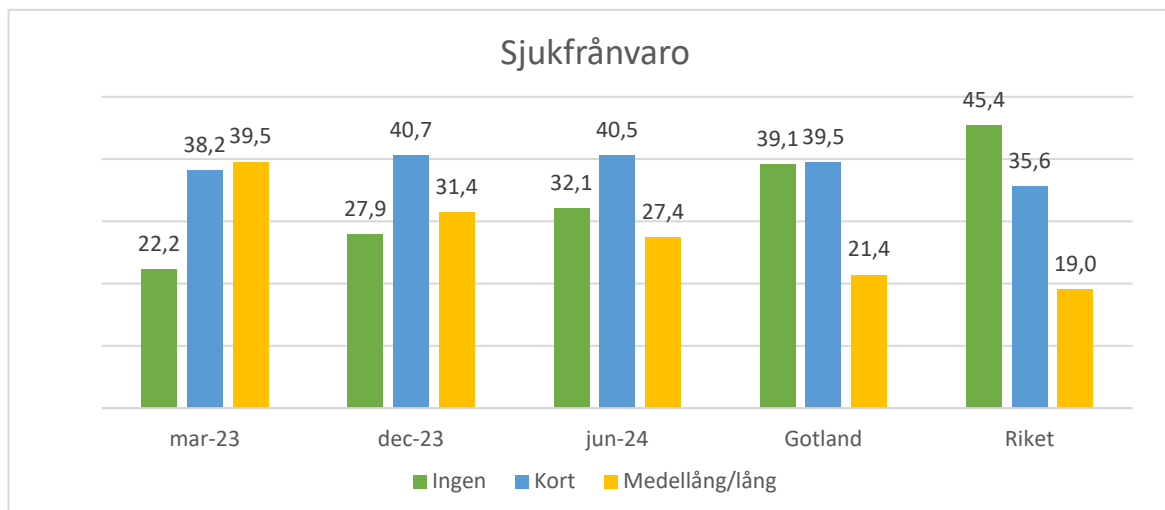
Sammantaget görs bedömningen att Hälsosatsningen gav en större effekt på dessa svar än vad som gick att förvänta, och att effekten har hållit i sig men med en tendens till avmattning. Bedömningen från vår sida är att denna satsning var riktad till en grupp med stora utmaningar när det kommer till hälsa som gynnas mer än andra grupper inom Region Gotland av ökade friskvårdsnivåer.

Fördjupning:

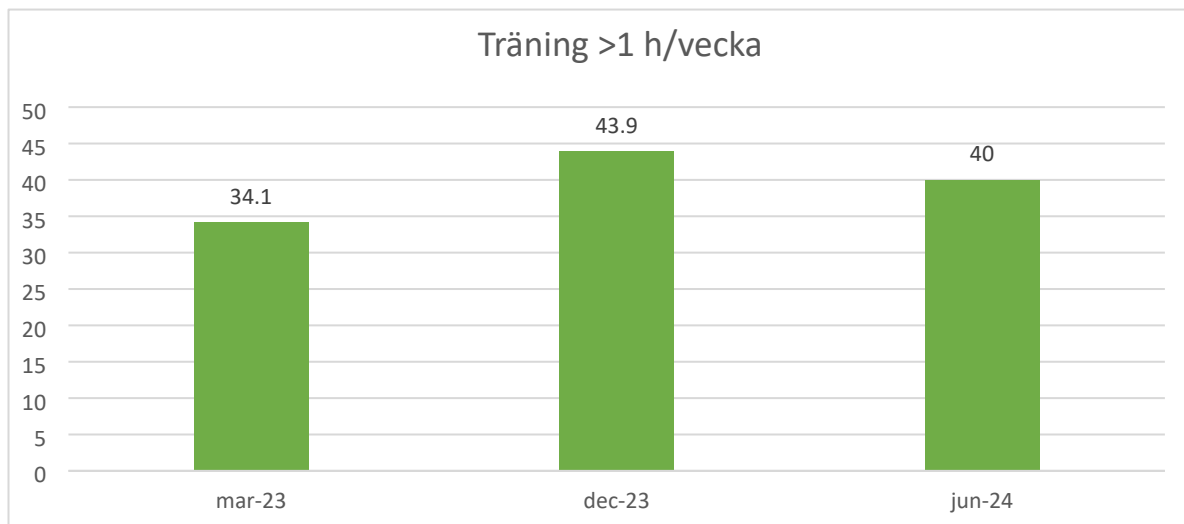
Allmän hälsa är ett mått på en individs generella uppfattning om sin hälsa, där de får svara på en femgradig skala från mycket bra till mycket dåligt. Svaren grupperas sedan till 3 nivåer. Denna fråga har visats korrelera väl med hur mycket sjuklighet en individ riskerar att drabbas av framgent, där en person som svarar mycket dåligt löper större risk att drabbas av exempelvis hjärtinfarkt, stroke och andra sjukdomar. Nedan visas en tabell över de tre mätningarna (de tre första grupperna av staplar) och hur gotlänningar och svenskar svarat i stort (de två högra grupperna av staplar). Som det går att se i tabellen ökade stapeln med bra/mycket bra från dryga 56% till dryga 69%, vilket är en statistiskt säkerställd förbättring.



Sjukfrånvaro är i enkäten uträknat från en fråga där deltagarna har ombetts att skatta hur många dagar de varit frånvarande från arbetet senaste 12 månaderna. Svaren kategoriseras sedan i tre kategorier: Ingen frånvaro (0 dagar), kort frånvaro (1-7 dagar), medellång/lång frånvaro (8+ dagar). Som grafen visar har andelen som uppger ingen sjukfrånvaro ökat i båda uppföljningarna, medan de som uppger medellång till lång sjukfrånvaro har minskat. Även här rör det sig om en statistisk säkerställd skillnad.



Fysisk träning: Deltagarna får frågan om hur många timmar i veckan de tränar, men Folkhälsomyndigheten redovisar inte detta separat utan enbart tillsammans med ”totala aktivitetsminuter” vilket är en hopslagning av träning och vardagsaktivitet. Därav kan siffran inte jämföras med Gotland eller riket i övrigt. Ökningen på 10% enheter i andra mätningen är statistiskt signifikant, och det är även minskningen i tredje mätningen.



Trötthet: Deltagarna får frågor om de har besvär med trötthet och sömnbesvär, och det visade sig att nivåerna är högre än hos gotlänningar och i riket. Tröttheten har minskat på en statistiskt säkerställd nivå, däremot har inte

sömnbesvären minskat tillräckligt för att det ska gå att få en säkerhet. Detta tolkar vi som att satsningen har haft en effekt på den upplevda energinivån.

