

Bilag 2

8. august 2007

Sagsnr.:

Dok.nr.:

Vedrørende spørgsmål fra Wallait Kahn om stress

Medlem af Borgerrepræsentationen Wallait Kahn har i Borgerrepræsentationen stillet ændringsforslag til forslag nr. 8 BR108/07 om at udarbejde en stresspolitik for Københavns Kommune.

Ændringsforslaget går ud på:

”at det overvejes om der generelt kan tilbydes en forebyggende indsats eller iværksættes en kampagne mod stress for københavnere”.

Spørgsmål

Folkesundhed København er af Økonomiforvaltningen blevet bedt om at give en faglig vurdering, der belyser muligheder og begrænsninger ved en bred stressindsats i forhold til københavnske borgere, med fokus på en kampagnelignende tilgang.

Svar

Ud fra en faglig vurdering kan Folkesundhed København ikke umiddelbart anbefale en meget generel forebyggende indsats på stressområdet målrettet alle københavnere i form af en kampagne for københavnere mod stress.

Problemets karakter og omfang

Stress udgør et betydeligt folkesundhedsproblem i Danmark (jfr. fx Statens institut for folkesundhed 2006: Risikofaktorer og folkesundhed i Danmark).

Statens Institut for Folkesundhed gennemfører med jævne mellemrum undersøgelser af danskernes sundhed og sygelighed. I den seneste landsdækkende undersøgelse fra 2005 rapporterede knap 9 %, at de ofte var stressede i deres dagligdag, mens 36% var det af og til. Der er tale om en betydelig stigning siden 1987, hvor de tilsvarende tal var 6% og 29%. Stress betyder, at levealderen reduceres med op til 6-7 måneder på grund af den psykiske arbejdsbelastning, og omkostningerne for det danske samfund anslås til et tocifret milliardbeløb årlig. Den negative udvikling i forekomsten af stress udgør også et stigende problem i København.

Stress opstår, når mennesker udsættes for belastninger, de ikke kan håndtere, fx når der er ubalance mellem krav og ressourcer. Stress defineres som en tilstand af kortvarig eller længerevarende alarmberedskab i kroppen eller sindet, som fremkalder kropslige

Folkesundhed København

Sjællandsgade 40
2200 København N

Telefon
35 30 35 30

Direkte telefon
35 30 35 38

E-mail
Jette.jul.bruun@suf.kk.dk

www.kk.dk

forandringer. Der skelnes ofte mellem positiv og negativ stress, men trods den positive virkning ved stress i form af øget præstationsevne, kan begge dele være skadelige på sigt.

Stress er desuden en del af årsagskomplekset for psykosocial usundhed. Ved psykosocial usundhed forstår man forstyrrelser i det enkelte menneskes psykiske og/eller sociale funktion. Psykosocial usundhed er ofte forårsaget af psykosociale faktorer i livssituationen som stress, mobning, familieproblemer eller tab af arbejde og kan fx give sig udtryk i uro, angst, depression eller misbrug.

Af folkesundhedsrapporten 2005 for Københavns Kommune fremgår det, at næsten 25% af sygdomsbyrden i kommunen falder indenfor kategorien psykisk sygdom. Sammenlignet med resten af Danmark har København en væsentlig højere forekomst af selvrapporterede psykiske symptomer, ca. 15-50 % forhøjet forekomst.

Sociale og psykiske faktorer spiller en afgørende rolle for at få et velfungerende liv og god livskvalitet, og udfordringen består i at det enkelte menneske er i stand til at bevare sundhed på trods af belastende faktorer i omgivelserne.

Psykosocial usundhed kan som udgangspunkt forebygges ved hjælp af indsatser på flere niveauer:

1. Primær forebyggelse: Her forebygges udvikling af psykosocial usundhed ved at fjerne de årsager, der kan medføre psykosocial usundhed. Eksempler på dette er en effektiv mobbepolitik på skoler eller en effektiv stresspolitik på arbejdspladser.
2. Sekundær forebyggelse: Her er der tale om tidlig indsats ved begyndende psykosocial usundhed, fx gennem tidlig støtte fra ledere og kollegaer ved stress eller rådgivningstjenester, så konsekvenserne minimeres.
3. Tertiær forebyggelse: Endelig kan der tilbydes støtte og behandling til personer, der har udviklet manifesterede psykiske eller sociale symptomer.

I forbindelse med udmøntning af Sundhedspolitikken foreslås det, at der arbejdes mere struktureret og målrettet med psykosocial sundhed. Konkret foreslås indsatser på tre områder, som kan give nyttig viden og erfaring, og som kan danne udgangspunkt for grundige evalueringer. Det drejer sig om tidlig opmærksomhed på psykosocial sundhed hos børn og unge, indsatser i forhold til kontanthjælpsmodtagere og afdækning af stress på de kommunale arbejdspladser.

Brug af kampagner

Kampagner som værktøj i det sundhedsfremmende og forebyggende arbejde er anvendelige til at sætte en dagsorden eller til at formidle meget enkle budskaber og viden (jfr. fx Sundhedsstyrelsen 2005: Risikokommunikation i relation til forebyggelse og sundhedsfremme). En vellykket kampagne forudsætter således et veldefineret formål, klare budskaber, en velafgrænset målgruppe og timing i forhold til andre indsatser, der enten kan konkurrere om opmærksomheden eller understøtte denne.

Kampagner er derimod ikke en velegnet metode, når det handler om at ændre menneskers adfærd eller når det handler om mere komplekse problemstillinger. Vi ved fra forskningen, at formidling af viden ikke kan stå alene. Det bør suppleres med tilbud om træning af færdigheder og med støttende indsatser.

Stress er en kompleks problemstilling, herunder er stress ikke et individuelt problem. Indsatser for at forebygge eller mindske stress handler således ikke kun om, at det enkelte individ skal ændre på sine vaner og adfærd. Det handler også om at se kritisk på de rammer og betingelser i omgivelserne, som kan være medvirkende årsager til stress. Derfor er det ikke muligt at opstille budskaber på stressområdet, der både er enkle, målrettede, effektive og kommunikerbare.

Det vil heller ikke umiddelbart være et væsentligt bidrag til løsningen af stressproblemet at gøre brug af kampagneredskabets dagsordensættende potentiale, idet det er Folkesundhed Københavns opfattelse, at dagsordenen er sat. De fleste arbejdspladser er opmærksomme på problemet, ligesom der i dagspressen og i fagtidsskrifter m.m. også i stigende grad fokuseres på danskernes stress. Der er krav i arbejdsmiljølovgivningen, der sikrer fokus på det psykiske arbejdsmiljø.

Konkluderende kan Folkesundhed København ikke folkesundhedsfagligt anbefale en bred borgerrettet kampagnelignende indsats målrettet stress.

Jette Jul Bruun, Folkesundhedschef