

Rehabilitering bedre enn full jobb

Arbeidsrettet rehabilitering kan være det som gir langtidssykmeldte en mest mulig vellykket retur til arbeidet.

Ledelse
Thomas Johansen,
Irene Øyeflaten og
Chris Jensen



Ien fersk studie fant vi at personer som gjennomførte arbeidsrettet rehabilitering viste større bedring i kognitive funksjoner, som oppmerksomhet, hukommelse og planlegging, sammenlignet med personer i full jobb. Gruppen i rehabilitering viste også bedring i arbeidsevne og helse deriblant angst, depresjon og helseplager. De gjennomførte testene før og etter rehabilitering, og gruppen i jobb tok også testene to ganger, slik at vi kunne sammenligne grad av bedring.

Studien er en av de første til å måle kvaliteten på kognitive tilnærminger, terapi og endringsprosesser, innen arbeidsrettet rehabilitering.

Forskningen handler også om å få bedre forståelse av hvordan kognitive tilnærminger påvirker funksjon. Dette er viktig fordi arbeidslivet setter krav til selvstendig arbeid, arbeidstempo og mestring av uklare roller. God kognitiv funksjon er avgjørende for å prestere godt på jobben.



Forenklet kan hjernens kapasitet sammenlignes med et litermål. Sykdomsfokus, negative tanker og følelser tar mer av kapasiteten enn for eksempel mestringsopplevelser på jobb og i fritiden. Foto: Istock

Utspringet sitter i hjernen. Forenklet kan hjernens kapasitet sammenlignes med et litermål. Sykdomsfokus, negative tanker og følelser tar mer av kapasiteten enn for eksempel mestringsopplevelser på jobb og i fritiden. Personer som deltar i rehabilitering rapporterer ofte om lettere psykiske plager og muskelskjelettplager.

Disse helseplagene spiser av kapasiteten som heller burde brukes på hensiktsmessig adferd. Målet med slike tilnærminger er derfor å innarbeide

nye tankemønstre rettet mot både arbeid og helse. I studien vår viste deltagerne bedring i oppmerksomhet og hukommelse. Vi antar at arbeidsrettet rehabilitering bidrar til kognitive endringsprosesser, og at dette kan øke deltagerens kapasitet.

Nettogeinsten vil, i tillegg til økt fysisk og psykisk kapasitet, være mindre sykdomsfokus og færre helseplager, noe som gir opplevelse av økt kontroll og fleksibilitet, også på jobben.

Arbeidsrettet rehabilitering tilbys langtidssykmeldte, og

målet med rehabiliteringen er å komme tilbake i jobb eller stå i jobb til tross for helseutfordringer. Denne innebærer ofte fysisk aktivitet og fokus på kognitive endringsprosesser. Det er stor enighet om at arbeid er terapeutisk, fremmer rekonvalesens og rehabilitering og gir bedre helse. Derfor fokuserer arbeidsrettet rehabilitering både på arbeid og helse. Private institusjoner i spesialisthelsetjenesten tilbyr tverrfaglig arbeidsrettet rehabilitering.

For behandlingssuksess, en

Forskningen

Hvem: Thomas Johansen, Irene Øyeflaten og Chris Jensen (2016)

Hva: Changes in cognitive functioning in sick-listed participants in occupational rehabilitation: A feasibility study.

Hvor: Scandinavian Journal of Occupational Therapy.

mest mulig vellykket retur til arbeid, er vi avhengig av å kunne vise til bedring i kognitiv funksjon. Dersom dette ikke undersøkes systematisk kan det vanskelig utvikles bedre klinisk praksis innen rehabilitering. Det finnes til nå lite forskning som har belyst effekten av, eller kvaliteten på, disse tilnærmingerne. Derfor tester vi ut denne hypotesen i et pågående forskningssamarbeid med Røde Kors Haugland Rehabiliteringssenter, Valnesfjord Helsesportssenter, Stiftelsen Catosenteret, Idrettens Helsesenter og Vinje kommune.

Thomas Johansen, Irene Øyeflaten og Chris Jensen, Nasjonal kompetansetjeneste for arbeidsrettet rehabilitering, Rauland

Forskning viser at ...

Oppsiktsvekkende funn? Ny innsikt? Skriv til spalten «Forskning viser at ...». Tekstlengde inntil 3500 tegn (inkludert mellomrom). debatt@dn.no

Billig mat provoserer

Lederen i DN fortsetter 13. juli 2016 sin nedsnakking av norsk landbruk.

Foranledningen var at Norsk Landbrukssamvirke dokumenterte at norsk mat er konkurransedyktige på pris - når vi justerer prisen på maten for inntekt i det enkelte land. Nederlandere, tyskere og franskmenn slipper omtrent like billig unna, når matutgiftene regnes som prosent av gjennomsnittlig bruttoinntekt. Mens en gjennomsnittlig norsk lønsmottager i 1984 arbeidet i fire og en halv time for en ukes matforbruk, så

Innlegg
Ola Hedstein



behøver hun i 2016 kun å arbeide i halvannen time for de samme matvarene.

World Business Council for

Sustainable Development (WBCSD) varslet på årets Eat-konferanse at matsystemene i verden må legges om, fordi den globale matproduksjonen ikke dekker samfunnskostnadene ved skadene som påføres folkehelse og klimaet.

Fremfor å bagatellisere de unike fortrinnene norsk landbruk har utviklet, burde DN bidra til debatten WBCSD har initiert.

Mattrygghet, dyrevelferd samt bærekraftig produksjon kommer ikke av seg selv. Den norske maten er allerede blant



DN 13. juli

verdens tryggeste. Mye på grunn av husdyr som er friske og trenger lite medisin. DN anbefaler billigere mat gjennom økt import. Det innebærer reduserte krav til dyrevelferd, mattrygghet og arbeidsvilkår. Dette vil også ha sin kostnad - rett på den menneskelige bunnlinje.

Dagens Næringsliv burde løfte blikket over tollmurene og få med seg helheten i debatten om bærekraftig mat.

Ola Hedstein, adm.dir., Norsk Landbrukssamvirke