



Sygeplejevidenskab.dk



Andersen LL. Health Promotion and Chronic Disease Prevention at the Workplace. Annual Review of Public Health. 2024;45:337-57. DOI: [10.1146/annurev-publhealth-060222-035619](https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-060222-035619)

Sundhedsfremme og forebyggelse af kroniske sygdomme på arbejdspladsen

Introduktion

Artiklen gennemgår mulighederne for sundhedsfremme på arbejdspladsen. Da medarbejdere tilbringer en stor del af deres vågne timer på arbejdspladsen, er potentialet for at påvirke en stor del af befolkningens sundhed gennem arbejdspladsen enormt.

Metode

Forfatteren kritisk gennemgik den væsentligste litteratur inden for området. Det specifikke tidsskrift, hvori artiklen er publiceret, tillader op til 150 referencer, og artiklen er derfor ikke udtømmende for alt litteratur på området.

Resultater

Artiklen identificerer flere nøgleområder for sundhedsfremme på arbejdspladsen, som samles i 5 hovedområder, hvoraf de her gives enkelte eksempler:

Fysisk aktivitet og småøvelser sammen med kollegerne: Regelmæssig fysisk aktivitet på arbejdspladsen kan forbedre både fysisk og mental sundhed. Småøvelser i løbet af dagen og fælles træningssessioner kan styrke både sundhed og sammenholdet på arbejdspladsen.

Sundhedstjek

Regelmæssige sundhedstjek bør ikke kun fokusere på den enkelte medarbejders helbred, men også på arbejdspladsens sundhed for bedre at kunne målrette sundhedsfremmende indsatser. Dette inkluderer eksempelvis spørgeskemaer om trivsel, arbejdsmiljø og sociale relationer samt mulighed for tjek af eksempelvis blodtryk.

Hjælp til rygestop

Mange medarbejdere ønsker at stoppe med at ryge, og arbejdspladsen kan spille en vigtig rolle ved at tilbyde støtte og ressourcer til rygestop.

Sund kost i kantinen

Kantiner kan hjælpe medarbejderne med at træffe sundere valg eksempelvis gennem nudging. Ved at tilbyde sunde og velsmagende alternativer kan man gøre det lettere for medarbejderne at vælge sundt. Vaccinationskampagner på arbejdspladsen: Vaccinationskampagner – for eksempel influenzavaccination – på arbejdspladsen kan bidrage til, at der opnås en højere vaccinedækning og dermed immunitet mod smitsomme sygdomme for medarbejderne.

For hver indsats diskuteres implementeringsstrategier og effektivitet baseret på eksisterende forskning.

Diskussion

I artiklen præsenteres SWOLE modellen, der fremhæver nødvendigheden af indsatser på flere niveauer: Samfund (Society), Medarbejdere (Workers), Organisation (Organization), Ledere (Leaders) og Miljø (Environment), for at sundhedsfremmende initiativer får varig gennemslagskraft.

Konklusion

Arbejdspladsen har et unikt potentiale til at fremme folkesundheden og bekæmpe globale sundhedsproblemer gennem implementering af forskellige sundhedsfremmende strategier.

Implikationer for praksis

De sundhedsfremmende indsatser skal tilpasses den specifikke kontekst, herunder hvilken type job der er tale om.