

NUORTEN AIKUISTEN MIELENTERVEYS, SAIRAUSPOISSAOLOT JA TYÖOLOSUHTEET

Professori Anne Kouvonen (vastuullinen tutkija), TTM Noora Heinonen, dosentti Anu Katainen, professori Tea Lallukka, Helsingin yliopisto

TIIVISTELMÄ

Tämä monimenetelmällinen hanke selvitti nuorten aikuisten mielenterveyteen liittyviä sairauspoissaoloja ja niiden taustalla olevia tekijöitä ja suhdetta työolosuhteisiin. Hanke koostui kahdesta osatutkimuksesta, joista ensimmäinen oli prospektiivinen rekisterilinkattu kyselytutkimus ja toinen laadullinen haastattelututkimus.

Prospektiivinen rekisterilinkitetty kyselytutkimus hyödynsi kysely- ja rekisteritietoja 3048 19–39-vuotiaasta Helsingin kaupungin naistyöntekijästä. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, miten työn koetut fyysiset ja psykososiaaliset kuormitustekijät olivat yhteydessä pitkiin, yli 11 kalenteripäivän mielenterveysperusteisiin Kelan myöntämiin sairauspäivärahapäiviin yhden vuoden seurannan aikana. Erityisessä fokuksessa olivat sote-alan työntekijät.

Tutkimuksemme osoitti, että työolojen yhteydet pitkiin mielenterveysperusteisiin sairauspäivärahapäiviin vaihtelevat ammattiluokittain ja sektoreittain. Suurimmassa riskissä ovat sote-alan työntekijät, joilla oli muita ammattialoja korkeampi sairauspäivärahapäivien keskiarvo. Kaikilla sektoreilla (sote, koulutus, muut) tärkeimmäksi pitkiä mielenterveysperusteisia sairauspäivärahapäiviä ennustavaksi työolotekijäksi osoittautui tietokoneella työskentely. Psykososiaaliset työolot, kuten vähäinen työn hallinta ja korkeat työn vaatimukset olivat yhteydessä lisääntyneisiin sairauspäivärahapäiviin, mutta vaihtelevin tavoin eri sektoreilla. Tutkimustulokset ohjaavat kohdentamaan ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä paitsi työpaikoilla myös laajemmin päätöksenteossa erityisesti riskialttiiden ammattialojen (ennen kaikkea sote-sektori) nuoriin työntekijöihin. Tutkimustulosten perusteella vaikuttamalla sekä työn fyysisiin että psykososiaalisiin kuormitustekijöihin voidaan ennaltaehkäistä nuorten kuntatyöntekijöiden pitkiä mielenterveysperusteisia sairauspäivärahapäiviä.

Hankkeen toinen artikkeli perustui teemahaastatteluaineistoon (N=23), joka kerättiin alle 35-vuotiaiden nuorten sote-alan työntekijöiden keskuudessa, jotka olivat olleet kuluneen 12 kuukauden aikana sairauslomalla (vähintään 1 päivän) yleisimpiin mielenterveysongelmiin; masennukseen, ahdistuneisuuteen tai muihin lieviin mielenterveysoireisiin liittyen. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, miten nuoret työntekijät ymmärtävät yleisimpiin mielenterveysongelmiin liittyviä sairauspoissaolojaan sekä niiden taustalla olevia tekijöitä. Tehtävää lähestyttiin sairastumista selittävien sairausnarratiivien kautta tutkimalla sitä, miten sairauspoissaoloja tehtiin ymmärrettäväksi eli selitettiin ja millaisia merkityksiä niihin liittyy.

Haastateltavat olivat 21–35-vuotiaita (keski-ikä 29) sote-alan työntekijöitä. Valtaosa osallistujista oli naisia, vähintään alemman korkeakoulututkinnon omaavia ja työskenteli julkisella sektorilla. Noin kolme viidestä työskenteli sosiaalialalla ja loput terveysalalla. Yleisimpiä ammatteja olivat sosiaalityöntekijä ja sairaanhoitaja. Itseraportoidut sairauspoissaolot vaihtelivat kahdesta päivästä kuuteen kuukauteen. Diagnositietoja ei kerätty.

Tutkimustulostemme mukaan nuorten sote-työntekijöiden yleisimpiin mielenterveysongelmiin liittyvien sairauspoissaolojen taustalla on moninaisia ja pitkittyneitä elämäntilanteita. Sairauspoissaoloa edelsivät kokemukset pitkään jatkuneesta sinnittelystä sekä tukea vaille jäämisestä. Mielenterveysperusteisille sairauspoissaololle hahmottui kolmenlaisia narratiivisia selityksiä: työperäinen, kriisiytynyt elämäntilanne, sekä menneisyyden altistus, joka nimettiin elämänkerronnalliseksi selitykseksi. Työelämätekijöillä, kuten heikolla johtamisella ja liiallisella työmäärällä, oli kuitenkin ratkaiseva rooli kaikissa narratiivisissa selityksissä.

Sairauspoissaoloja kuvailtiin kuudella eri merkityksellä: korjaus, työkyvyn hallinta, aikalisä, viesti, velvollisuus ja automaatio, jotka heijastavat sote-työntekijöiden mielenterveyteen liittyvien sairauspoissaolojen moninaisuutta.

Tulosten perusteella yleisimpiin nuorten työntekijöiden mielenterveyssyihin liittyvistä sairauspoissaaloista piirtyy kokonaisvaltaisempi kuva, joka täydentää epidemiologisten tutkimusten tuottamaa ymmärrystä ilmiöstä. Tutkimuksen keskeisenä löydöksenä voidaan pitää työelämän kuormitustekijöiden ratkaisevaa roolia erilaisilla sairauspoissaoloihin johtavilla poluilla, joka korostaa työpaikkojen potentiaalia nuorten työntekijöiden mielenterveyteen liittyvän työkyvyttömyyden ennaltaehkäisemisessä. Tutkimuksen tuottamaa tietoa voidaan hyödyntää sote-alan työpaikoilla työolojen muokkaamisessa sekä muiden interventioiden kehittämisessä nuorten työntekijöiden mielenterveysperusteisten sairauspoissaolojen ennaltaehkäisemiseksi. Tulokset hyödyttävät myös työterveyshuoltoa ja rohkaisevat kehittämään tehokkaampia tukitoimia kohdennetusti niille nuorille työntekijöille, joilla on jaksamisen haasteita tai mielenterveyden ongelmia.