



Arbetsmiljö inom hemtjänsten – Cigarettrök, husdjur och trakasserier

18/9-2025

Fredrik Norström

**Docent vid institutionen för
epidemiologi och global hälsa,
projektledare för WeWorC,
Umeå universitet**



WeWorC – Work Environment and Work Conditions



**Anita
Pettersson-
Strömbäck**

Universitetslektor i
psykologi

Hennes forskning
fokuserar på arbetsliv
och hälsa med specifikt
fokus på arbetsmiljö
och ledarskap



Karin Bölenius

Universitetslektor med
förenad klinisk
anställning som
professionsutvecklare
för sjuksköterskor

5 års erfarenhet av att
ha jobbat som
undersköterska i
hemtjänsten



**Magnus
Zingmark**

Universitetslektor i
arbetsterapi.

Har arbetat som
utvecklingsansvarig
inom aktivt och
hälsosamt åldrande i
Östersunds kommun



**Klas-Göran
Sahlén**

Universitetslektor vid
institutionen för
epidemiologi och
global hälsa

Erfarenhet som
arbetsledare inom
äldreomsorgen och
socialchef

Samtliga vid Umeå universitet



WeWorC – arbetsmiljön inom hemtjänst

1. Är det kostnadseffektivt att utöka bemanningen inom hemtjänst?

- i) Enkätstudie 2016 (arbetslöshetsfokus)
 - ii) Enkätstudie under 2017 (hemtjänstpersonal)
- Stöd från Forte 2015*

2. Hur har arbetsmiljön inom hemtjänst påverkats av Covid-19?

- i) Enkätstudie med personal under 2021-2022
 - ii) Fokusgrupp med personal under 2022
 - iii) Intervjuer med chefer under 2022
- Stöd från AFA försäkringar 2020*



Forskningsrådet för
hälsa, arbetsliv och välfärd



Dagens presentation

1. Arbetsmiljön i hemmet hos brukaren
2. Påverkan av hög arbetsbelastning på personalens hälsa
3. Organisering av arbetsuppgifter och dess påverkan på arbetsbelastning och hälsa hos personal
4. Personalens upplevelser av utmaningar under pandemin



Enkäter hemtjänstpersonal

2017 (före pandemin):

~2000 inbjudna

1154 deltagare (58% svarsfrekvens)

Merparten av enkäterna delades ut via APT

2021/2022 (under pandemin):

~1900 inbjudna

629 deltagare (33% svarsfrekvens)

Genomfört inom kommunal hemtjänst i Västerbotten, Västernorrland och Jämtland/Härjedalens län

Samtliga 30 kommuner inbjudna, 16 deltog före pandemin och 22 deltog under pandemin

Jämförelser mellan före och under pandemin försvåras delvis av olika svarsfrekvenser för studierna



Del 1. Arbetsmiljön i hemmet



Om arbetsmiljön hos brukare

Frågor om omfattning av problem i arbetsmiljö – 10 problem kopplade till ergonomi, brukaren m.m.

Utmaning att säkerställa acceptabel arbetsmiljö då följande lagar behöver följas:

- Socialtjänstlagen - brukarna rätt till god support
- Arbetsmiljölagen – personal har rätt till skälig arbetsmiljö
- Patientlagen – brukarna har rätt till autonomi

Saknas forskning som beskriver personalens utmaningar hos brukarna - både nationellt och internationellt



Resultat arbetsmiljön hos brukaren

Problem stora redan före pandemin – ökade under pandemin

Ergonomi

- Säng 29% till 37%
- Toalett 40% till 50% - vanligaste problemet
- Städutrustning 8% till 12%

"Brukaren" (jämför dagligen före och under pandemin)

- Rökning 24% till 31%
- Husdjur 19% till 25%
- Anhöriga/vänner 4% till 7%
- Påverkad/Berusad brukare 3% till 6%

Från 11% till 17% med veckoliga problem med verbala kränkningar under pandemin

Publikation: Norström et al. 2025



Regionala skillnader arbetsmiljön

Regionala skillnader under pandemin

- Säng: 25-43% (högst i Västerbotten)
- Städutrustning: 9-18% (högst i Västerbotten)



Väg framåt

Ergonomiska problem kan åtgärdas av kommun

Problem kopplade till brukare kräver andra åtgärder

Gällande rökning har man i forskningsstudier visat på att en dialog har bra resultat

Föreslagna åtgärder utifrån resultaten är:

- Att förstärka arbetet med ergonomiska förbättringar i hemmet
- Dialog med brukaren

Utmaningar varierar sannolikt på kommunal nivå och olika lösningar kan förväntas



Utmaningar under Covid-19 pandemin

Ofta problem	Väster-botten	Väster-norrand	Jämtland/ Härjedalen
Oro smittas	29%	50%	35%
Oro från brukare	39%	55%	47%
Brist skyddsutrustning	15%	26%	13%
Otillgänglig skyddsutrustning	9%	22%	9%
Användande av munskydd	45%	32%	36%
Försvårat umgänge med brukare	61%	47%	42%

Vanligast med problem med skyddsutrustning där smitta högst

Vanligare med umgängesproblem där smittan lägst

Finns det bra lösningar där skyddsutrustning bättre anpassas till brukaren för att förhindra smittspridning?



Del 2. Arbetsbelastningens påverkan på personalens hälsa



Personalens arbetsbelastning

Fyra frågor (resultat från före pandemin):

	Mycket sällan	Ganska sällan	Ibland	Ganska ofta	Mycket ofta
Ojämnt fördelad arbetsmängd (arbetet hopar sig)	14%	23%	43%	16%	3%
För mycket jobb	10%	19%	46%	19%	5%
För svåra arbetsuppgifter	58%	32%	8%	0,6%	0,4%
Saknar utbildning för arbetsuppgifter	39%	26%	28%	6%	1,5%

Relativt vanligt med "ganska ofta" men inte "mycket ofta" problem med hopande arbete och för mycket jobb – förbättringar behövs!

Endast begränsad ökning av arbetsbelastningen under pandemin

Frågor från validerade frågeinstrumentet QPSNordic



Frågor för personalens hälsa

EQ-5D användes – hälsoekonomiskt mått

Fem frågor som mäter hälsorelaterad livskvalitet, mest intressant är "Smärtor/besvär" och "Oro/nedstämdhet"

EQ-5D-svar översätts till EQ5D-index med värde från 0 (död) – 1 (perfekt hälsa)

Vi beskriver hur mycket av maximal hälsa personalen förlorar vid hög arbetsbelastning jämfört med normal arbetsbelastning

*Publikation före pandemin: Sjöberg et al 2020
Resultat under pandemin ännu ej publicerade*



Hälsokonsekvenser av hög arbetsbelastning

Före pandemin

- 3,5% försämrad hälsa
- 20% fler med problem med oro/nedstämdhet

Under pandemin

- 6,2% försämrad hälsa
- 21% fler med problem med oro/nedstämdhet

Liten och ej bevisbar ökning av smärtor/besvär p.g.a. hög arbetsbelastning (både före och under pandemin)



Socialt stöd och kontroll av arbetet

Socialt stöd (minst ganska ofta):

Stöd av kollegor: 83% till 73% under pandemin

Stöd av chef: 68% till 60% under pandemin

Uppskattning av chef: 50% vid båda tillfällena

Hyfsat bra stöd som blev sämre under pandemin

Kontroll av arbetet (minst ganska ofta):

Påverka arbetsmängd: 15%

Bestämma arbetstakt: 25%

Bestämma paus: 13%

Påverka viktiga beslut: 25%

Dålig kontroll i arbetet



Socialt stöd och kontroll i arbetet som skyddande faktorer

Före pandemin indikationer på att bra socialt stöd motverkade påverkan från hög arbetsbelastning

Under pandemin verkade hög kontroll och normal arbetsbelastning vara förutsättning för att undvika hälsoförsämringar medan socialt stöd inte verkade tillräckligt

Arbetsplatsens stöd och förutsättningar bör prioriteras



Del 3. Arbetsuppgifters påverkan på arbetsbelastning och hälsa



Arbetsuppgifter inom hemtjänsten

Arbetsuppgifter utvalda utifrån biståndsbeslut

Minst dagligt arbete jämfördes med mer sparsamt

Vår hypotes är att mer resurser behövs för arbetsuppgift om den kopplas till hög arbetsbelastning och/eller ohälsa

För att få bättre förståelse kring passande arbetsfördelning efterfrågades även om personal efterfrågade mer tid för arbetsuppgift – redovisades separat för undersköterska, vårdbiträde och annan utbildning

Resultat idag från före pandemin

Publikation: Norström et al 2023

15. Uppskatta hur ofta du utför nedanstående insatser i dina dagliga sysslor?

	Flera gångar per dag	1-2 gånger per dag	Minst 1 gång i veckan	Minst 1 gång i månaden	Inte alls/ vid akut behov
a. Trygghetslarm	☐	☐	☐	☐	☐
b. Serviceinsatser utanför hemmet (ärenden, inköp m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐
c. Serviceinsatser i hemmet (bädda, tvätta, städa m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐
d. Social samvaro	☐	☐	☐	☐	☐
e. Hjälp vid toalettbesök	☐	☐	☐	☐	☐
f. Hjälp vid på/avklädning	☐	☐	☐	☐	☐
g. Matdistribution	☐	☐	☐	☐	☐
h. Matlagning	☐	☐	☐	☐	☐
i. Matning, samvaro vid mat	☐	☐	☐	☐	☐
j. Rehabiliteringsinsatser	☐	☐	☐	☐	☐
k. Delegerade medicinska uppgifter	☐	☐	☐	☐	☐
l. Tillsyn (personlig, telefon)	☐	☐	☐	☐	☐
m. Ledsagning	☐	☐	☐	☐	☐
n. Promenad	☐	☐	☐	☐	☐
o. Dusch, hår-, nagel-, fotvård	☐	☐	☐	☐	☐



Arbetsbelastning

Högre arbetsbelastning vid dagligt utförande

Arbetsuppgift:

- Trygghetslarm 8,4%
- Serviceinsatser utanför hemmet 14%
- Rehabilitering 13%
- Dusch, hår-, nagel-, fotvård 11%

Jämförelser görs med de som inte gör det dagligen



Hälsokonsekvenser vid dagligt utförande

Arbetsuppgift:

- Matdistribution
Hälsan försämras med 3%
13% fler med oro/nedstämdhet
- Matlagning:
Hälsan förbättras (!) med 3%
9% färre med oro/nedstämdhet
- **Trygghetslarm:**
10% fler med smärtor/besvär
- **Serviceinsatser utanför hemmet:**
10% fler med smärtor/besvär
- **Dusch, hår-, nagel-, fotvård:**
8% fler med smärtor/besvär

Arbetsuppgift i fet stil - även högre arbetsbelastning
(se föregående bild)

Jämförelser görs med de som inte gör det dagligen



Förändrad arbetsfördelning

- 36-45% vill ha mer tid till:
 - Socialt stöd
 - **Rehabiliteringsinsatser**
 - Promenad
 - **Matlagning**
 - Tillsyn
 - Ledsagning
- Minst 20% ville ha mindre tid till:
 - **Trygghetslarm**
 - Serviceinsatser i hemmet
 - **Serviceinsatser utanför hemmet**
 - **Matlagning (både mer och mindre tid efterfrågas!)**

I övrigt, generellt nöjdhet med arbetsfördelning

Arbetsuppgifter i fet stil är sådan där det även finns problem med arbetsbelastning och/eller hälsa



Arbetsfördelningsmanus - slutsatser

Trygghetslarm och serviceinsatser utanför hemmet kan kopplas både till mer smärtor/besvär och till önskemål om mindre tid att utföra uppgifterna

Vad är förklaringen?

- i) för lite tid idag för uppgifterna
- ii) något man inte önskar i sin roll inom hemtjänsten?

Vi kan inte besvara detta

Alla resultat ska tas med försiktighet då det är väldigt många "tester" - kan vara "slumpmässiga" fynd

Våra resultat kan bidra till att utveckla en mer hållbar arbetsmiljö



Del 4. Personalens upplevelser av utmaningar under pandemin



Fokusgrupper

- Fem fokusgrupper med totalt 14 anställda inom hemtjänsten genomförda under pandemin
- Fokusgrupperna med hemtjänstpersonal syftade till att förstå hur pandemin påverkade personalens arbetsmiljö och hälsa
- Fyra teman framträdde ur intervjuerna.

Övergripande tema	Utökade och otydliga ansvarsområden präglade arbetsmiljön under pandemin			
Teman	Min egen hälsa sattes på spel	Ett ansvarsskifte – mer ansvar, mindre stöd	Mellan att vara en livlina och en smittorisk	Organisation och ledarskap – hjälp eller hinder?



Slutsatser från våra studier



Slutsatser

- Ansträngd arbetssituation likt pandemi innebär att hög arbetsbelastningen blir än mer påfrestande för hemtjänstpersonal
- Hemtjänstens organisation behöver förstärkas för att få ett hållbart arbetsliv för personalen - extra tydligt under extrem arbetssituation
- Fortsatta studier rekommenderas för att identifiera åtgärder, t.ex. förstärkt bemanning, för att minska utmaningarna med en ansträngd organisation även i "normalfallet" – dessa behöver vara kostnadseffektiva



Referenser

The burden of high workload on the health-related quality of life among home care workers in Northern Sweden

Sjöberg et al. Int Arch Occup Environ Health(2020)

How does the distribution of work tasks among home care personnel relate to workload and health-related quality of life?

Norström et al. Int Arch Occup Environ Health (2023)

In-home work environment for home care workers in Northern Sweden before and during the Covid-19 pandemic

Norström et al. BMC Health Services Research (2025)

Expanded and unclear responsibilities: the evolving role of home care workers as a lifeline during the COVID-19 pandemic -a focus group interview study

Bölenius et al. BMC Health Services Research (2025)



TACK!

afa
FÖRSÄKRING



Forskningsrådet för
hälsa, arbetsliv och välfärd