

Suotuisat muutokset fyysisissä työoloissa ja sairauspoissaolojen riski: prospektiivinen kohorttitutkimus pseudo-kokeellisessa asetelmassa

Tausta: Työn fyysisen kuormituksen väheneminen on yhteydessä sairauspoissaoloriskin laskuun, mutta kontrolloituja tutkimusasetelmia on vähän ja tulokset ovat epä johdonmukaisia.

Tavoite: Tutkimuksen tavoitteena oli määrittää, vähentävätkö suotuisat muutokset työn fyysisessä kuormituksessa ja työympäristöön liittyvissä muissa altisteissa sairauspoissaolopäivien määrää.

Menetelmät: Tutkimus tehtiin analysoimalla prospektiivista kohorttitutkimusaineistoa pseudo-kokeellisena asetelmana. Aineistoon yhdistettiin kolme kohorttia (2000/2002-2007 [N=2927], 2007-2012 [N=1686] and 2012-2017 [N=1118], yhteensä 5731 havaintoa). Osallistujat olivat Helsingin kaupungin työntekijöitä. Kyselytiedot työoloista ja taustatekijöistä yhdistettiin Helsingin kaupungin henkilöstörekisterin tietoihin sairauspoissaoloista seurannan aikana. Aluksi muodostimme propensity- eli alttiuspistemäärän (propensity score) kuvaamaan suotuisia muutoksia työoloissa 5-7 vuoden seurannan aikana. Lopuksi käytimme yleistettyä lineaarista mallia ja sovitimme negatiivisen binomijakauman mukaiset regressiomallit arvioimaan vähentävätkö suotuisat muutokset sairauspoissaolojen riskiä.

Tulokset: Viiden vuoden seurannan aikana 11 %:a osallistujista raportoi suotuisia muutoksia työn fyysisessä kuormituksessa, 13 %:a työympäristöön liittyvissä altisteissa (kuten melu, home), ja 8 %:a molemmissa altisteissa. Sairauspoissaolojen insidenssi oli matalampi työntekijöillä, joilla oli tapahtunut suotuisia muutoksia työaltisteissa, verrattuna työntekijöihin, joiden työoloissa ei tapahtunut muutoksia. Suotuisat muutokset sekä työn kuormituksessa, että työympäristöön liittyvissä altisteissa vähensivät sairauslomapäiviä 41 %:a vuoden aikana muutosten jälkeen, ja 32 %:a kaksi vuotta muutosten jälkeen.

Johtopäätökset: Pseudokokeellisen tutkimuksen tulokset osoittavat, että fyysisten työolojen parantaminen on tehokasta sairauspoissaolojen ehkäisyssä.