

# Työuupumus

## Lääkärin työolot ja terveys 2019 tutkimus

Peppiina Saastamoinen, FT, tutkija



# Lääkäriin työolot ja terveys 2019 -tutkimus

- Tutkimus toteutettiin Lääkäriliiton, Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen ja Helsingin yliopiston yhteistyönä.
- Verkko- ja postikyselyn kombinaatio. Tehtiin syksyllä 2019.
- Kohdejoukko: 8 000 satunnaisesti valittua lääkäriä (otos) ja 2 121 seuranta-aineistoon kuuluvaa lääkäriä. Seuranta-aineistoon kuuluva voi olla mukana myös otoksessa. Yhteensä kohdejoukkoon kuului 9 493 lääkäriä.
- Vastauksia 4 448 kappaletta, vastausprosentti 47% (otos 44%, seuranta 64%).
  - Satunnaisotokseen kuuluvia, alle 65-vuotiaita, työssä olevia vastaajia oli 2 902.

# Sisältö

- Työuupumus 2019 ja 1997
- Työolot ja työuupumus – missä määrin työolot selittävät työuupumusta
- Millä tavalla työuupumus on yhteydessä uniongelmiin, palautumiseen ja koettuun työkykyyn

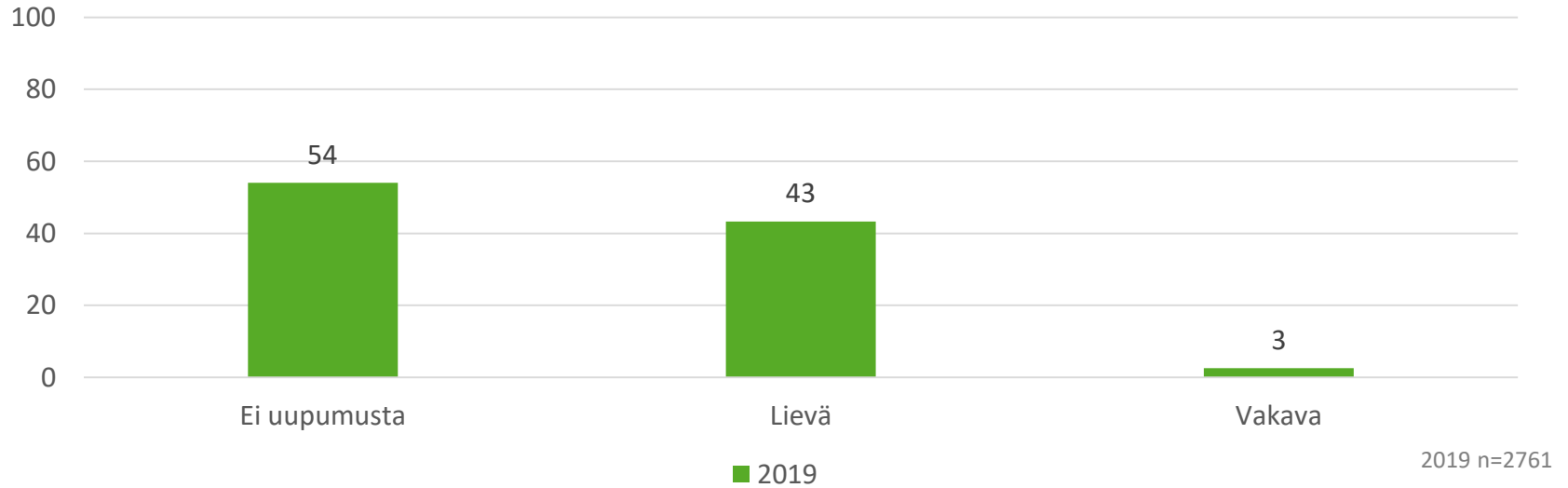
## Työuupumus

- Ei ole sairaus.
- Voi altistaa mm. masennukselle, unihäiriöille, päihdeongelmille ja stressiperäisille somaattisille sairauksille sekä tapaturmille ja työkyvyttömyydelle.
- Liittyy kiinteästi haasteellisiin työolosuhteisiin.
- Usein taustalla pitkittynyt työstressi.
- Tyypillisesti tunnollisten työntekijöiden vaiva.

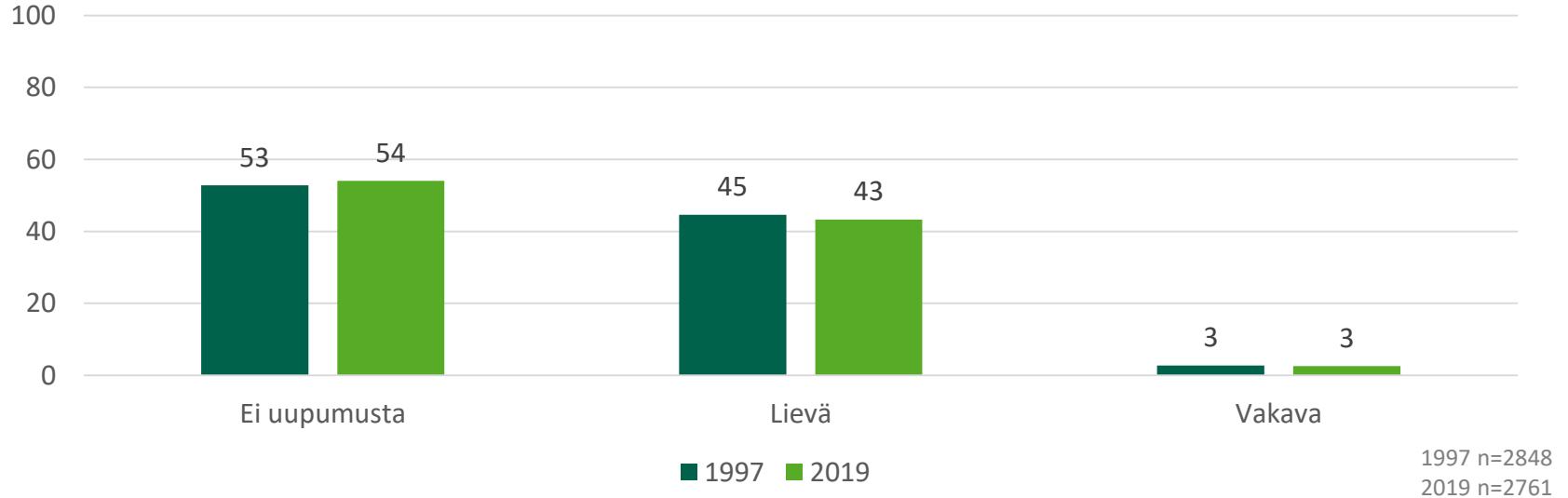
# Työuupumus (Mittari: Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey (MBI-HSS), 22 kysymystä)

- Työuupumuksen kolme osa-aluetta:
  - **Uupumusasteinen väsymys** – kehittyä, jos isotkaan ponnistelut työssä eivät riitä tavoitteiden saavuttamiseksi. Lepo ei helpota uupumusasteista väsymystä.
  - **Kyynistyneisyys** – työn mielekkyys katoaa. Esim. asiakkaisiin voidaan alkaa suhtautua mekaanisesti.
  - **Ammatillisen itsetunnon heikkeneminen** – ajatus omasta osaamisesta, pystyvyydestä ja aikaan saamisesta heikkenee.

## Työuupumus 2019 (MBI-HSS)



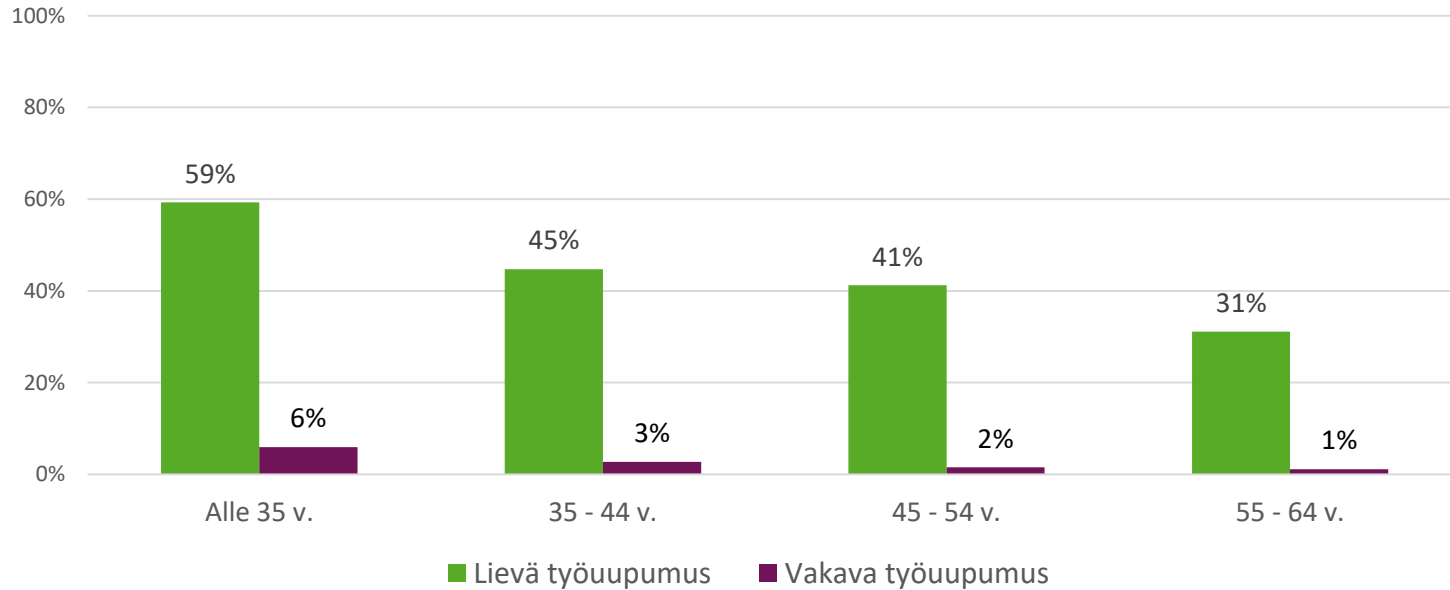
## Työuupumus vertailu 1997 ja 2019 (MBI-HSS)



# Tausta

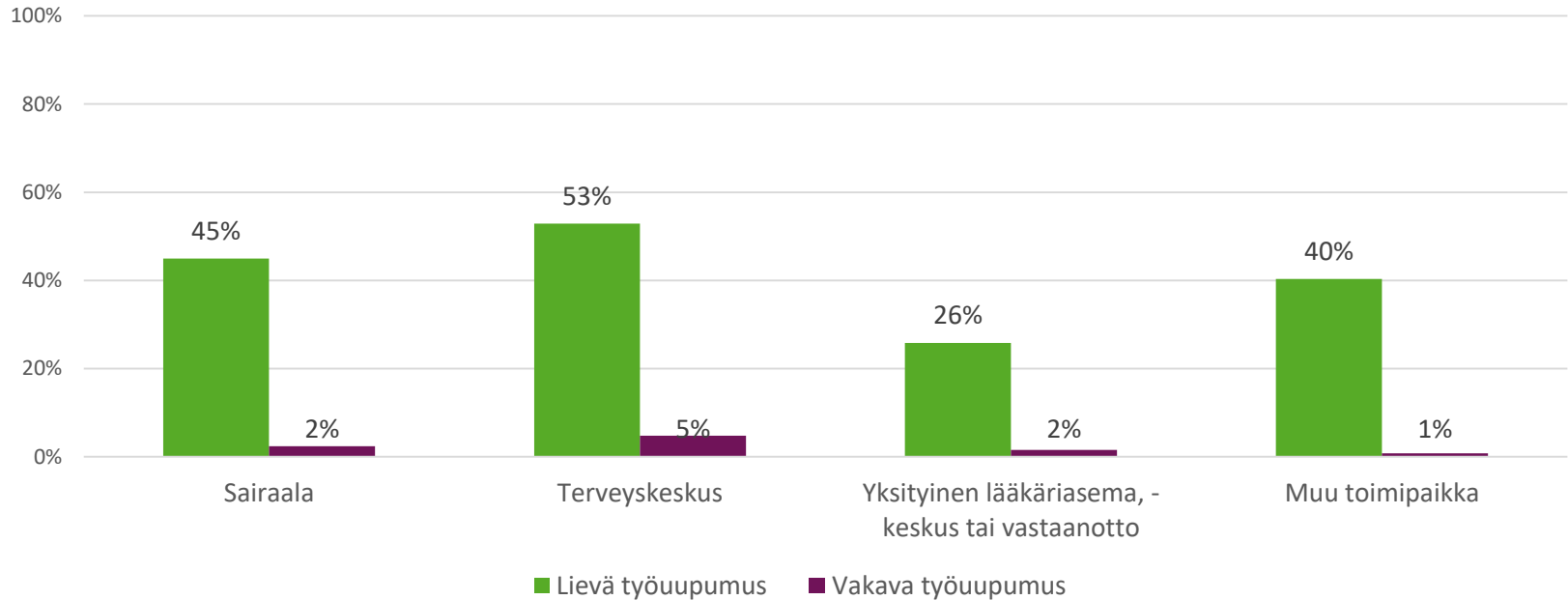


## Työuupumus ikäryhmittäin (%)



N=2761

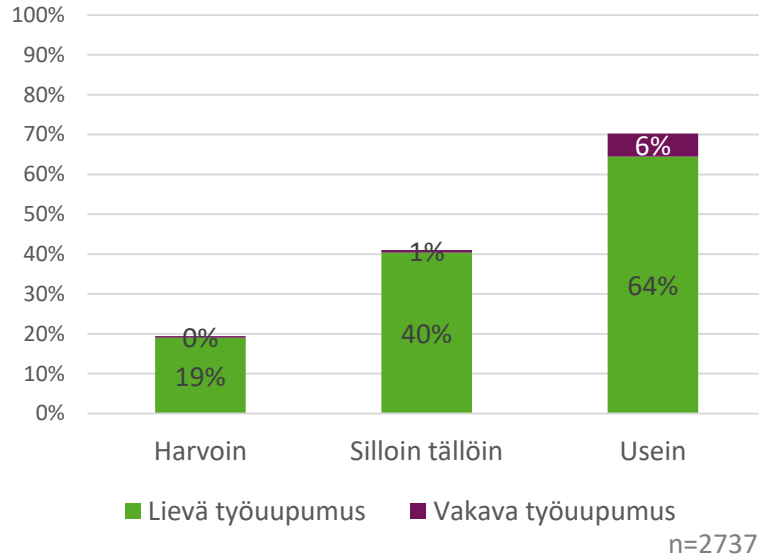
## Työuupumus toimipaikoittain (%)



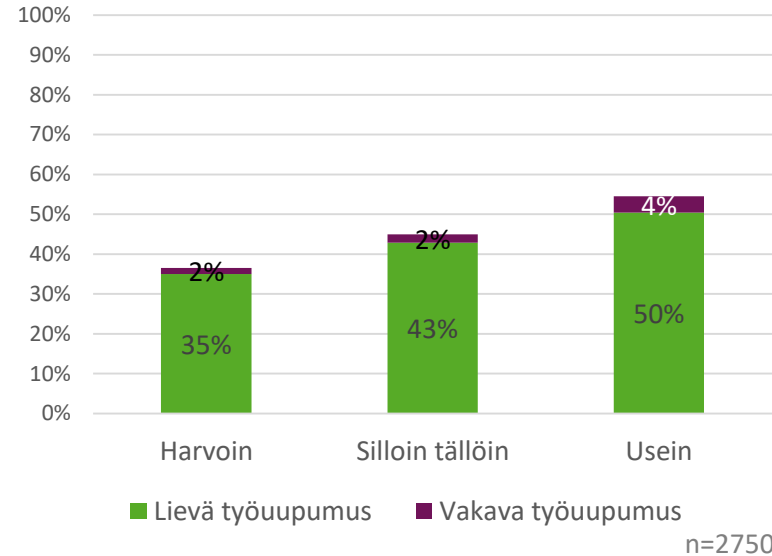
N=2753

# Työuupumus ja työolot

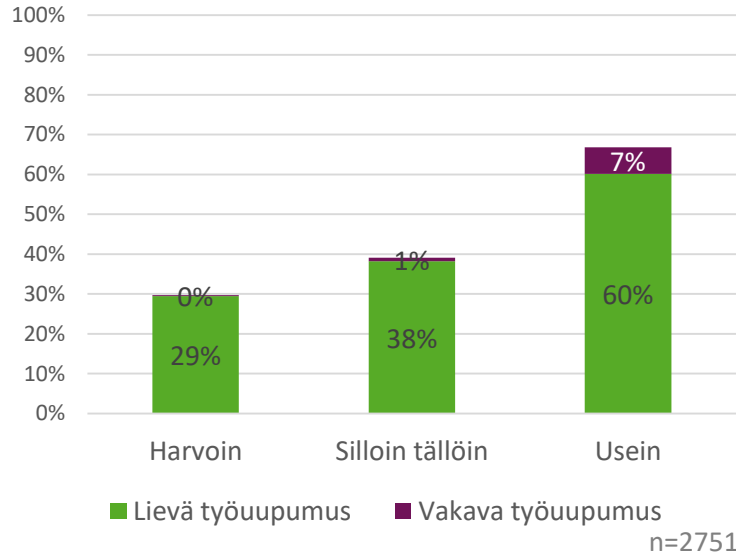
## Kiireeseen liittyvä stressi



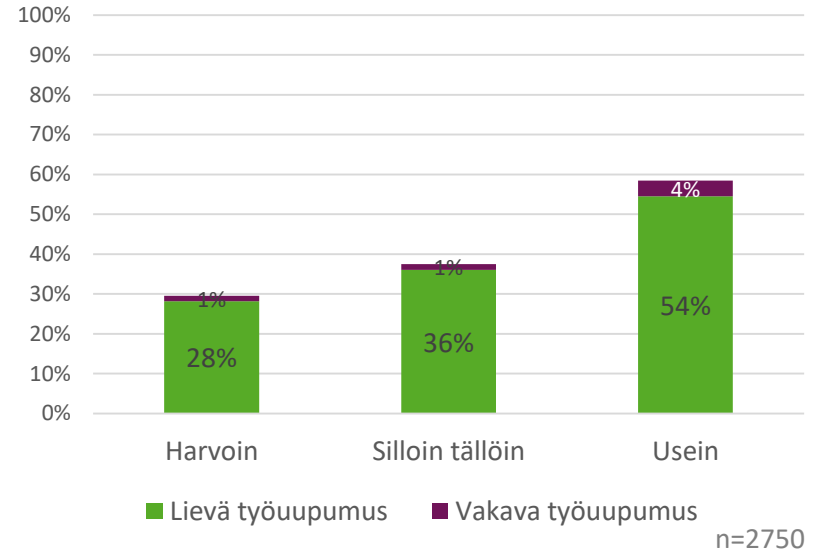
## Tietojärjestelmiin liittyvä stressi



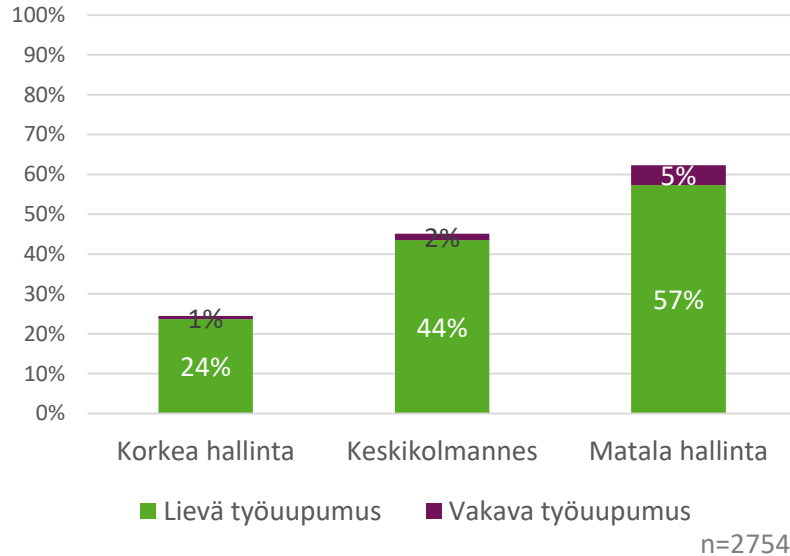
## Potilaisiin liittyvä stressi



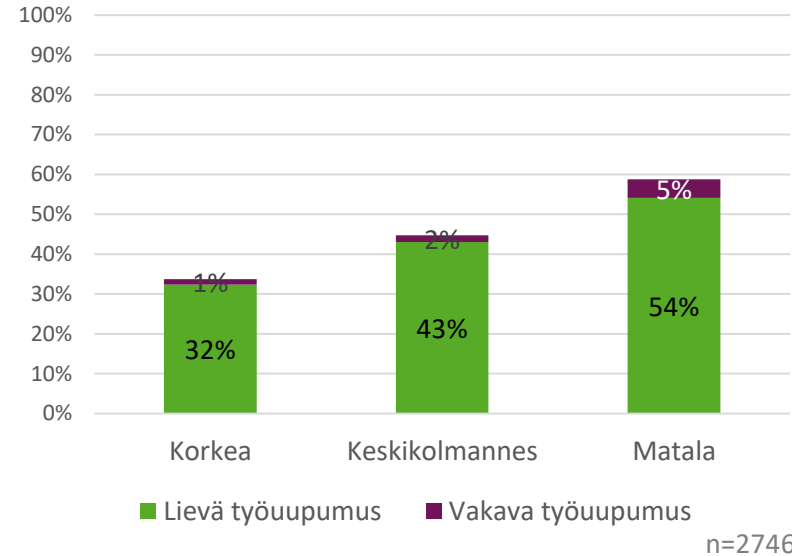
## Tiimityöhön liittyvä stressi



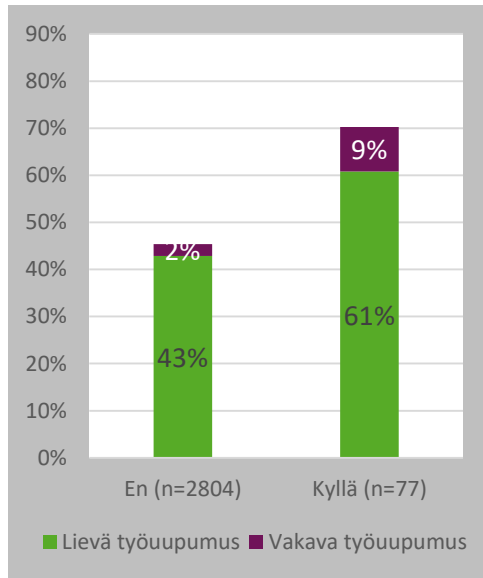
## Työn hallinta (job control)



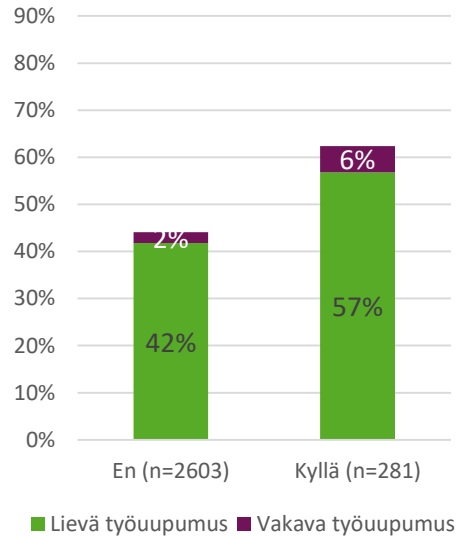
## Organisaation oikeudenmukaisuus



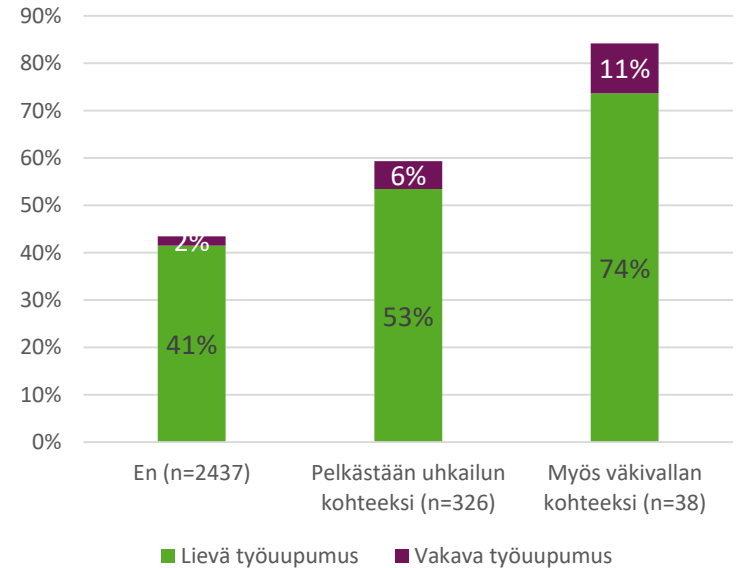
## Seksuaalinen häirintä



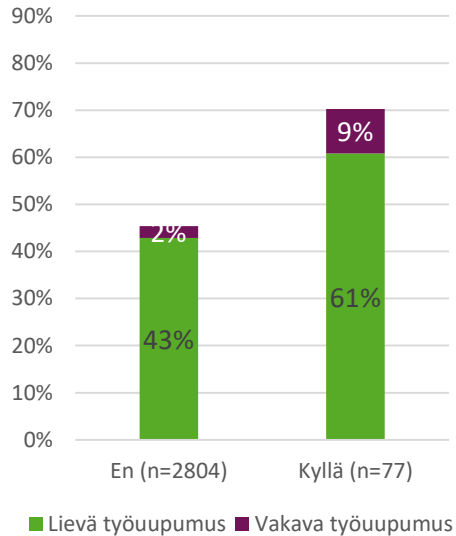
## Kiusaaminen



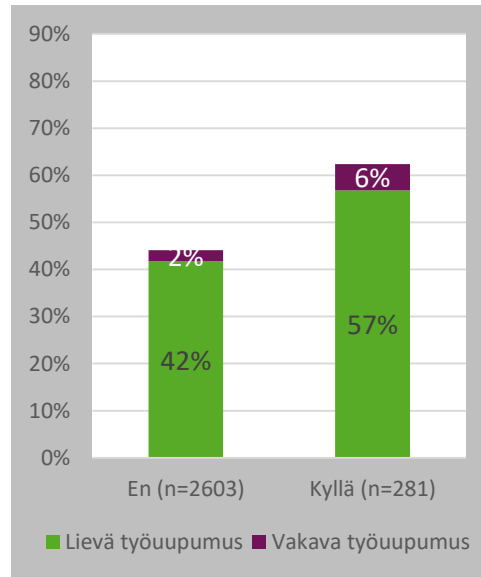
## Fyysinen väkivalta



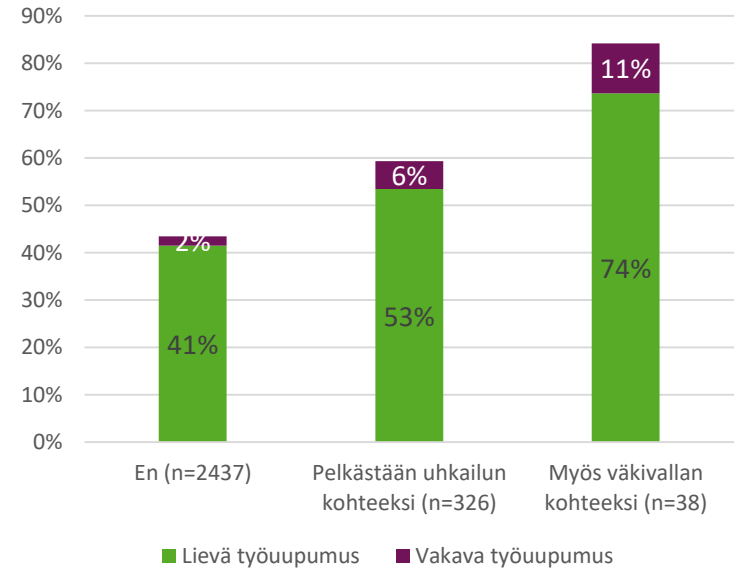
## Seksuaalinen häirintä



## Kiusaaminen

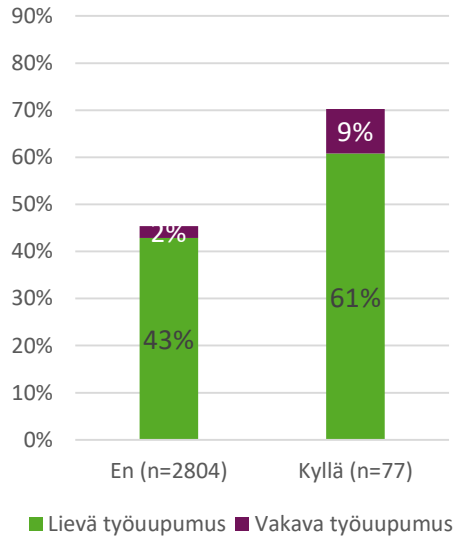


## Fyysinen väkivalta

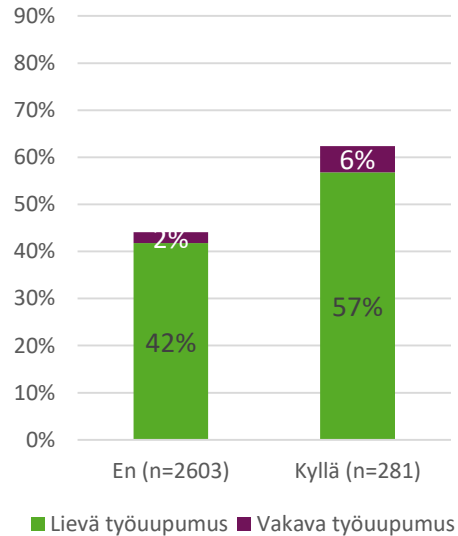




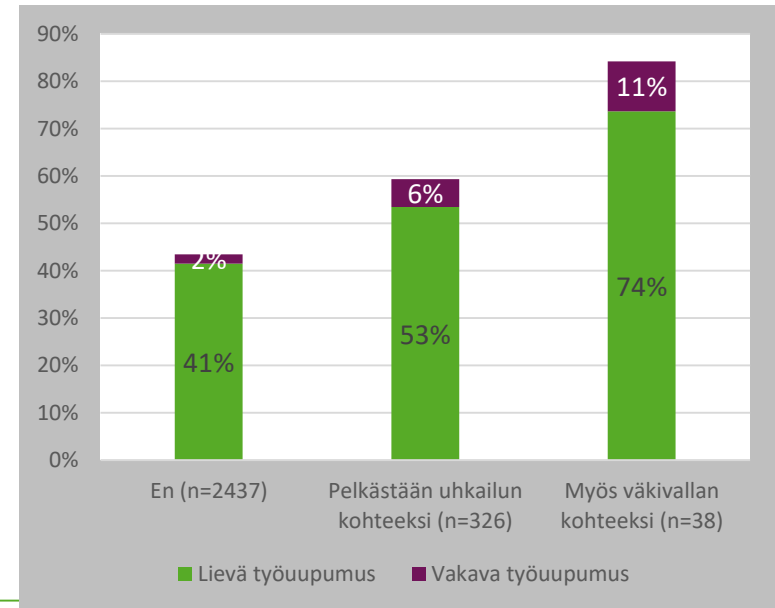
## Seksuaalinen häirintä



## Kiusaaminen



## Fyysinen väkivalta



# Mallinnettu tulos

1/3

Multinomiaalinen  
logistinen  
regressioanalyysi

Vakioitu ikä ja  
sukupuoli. Työoloja  
kuvaavat muuttujat  
yhtä aikaa mallissa.

Niitä, joilla tilanne  
huonoin ko. muuttujan  
suhteen – verrataan  
siihen kolmannekseen,  
joilla tilanne on paras

	Lievä työuupumus (n=1133)		Vakava työuupumus (n=68)		
	OR	LV	OR	LV	
<b>Kiireeseen liittyvä stressi</b>					
Usein		6,2	(4,8-7,9)	17,7	(5,2-60,6)
Harvoin		1		1	
<b>Tietojärjestelmiin liittyvä stressi</b>					
Usein		1,0	(0,8-1,3)	1,4	(0,6-3,2)
Harvoin		1		1	
<b>Potilaisiin liittyvä stressi</b>					
Usein		2,8	(2,1-3,7)	34,4	(4,6-256,7)
Harvoin		1		1	
<b>Tiimityöhön liittyvä stressi</b>					
Usein		1,5	(1,1-1,9)	0,9	(0,4-2,2)
Harvoin		1		1	

# Mallinnettu tulos

2/3

Multinomiaalinen  
logistinen  
regressioanalyysi

Vakioitu ikä ja sukupuoli

Niitä, joilla tilanne  
huonoin ko. muuttujan  
suhteen – verrataan  
siihen kolmannekseen,  
joilla tilanne on paras

	Lievä työuupumus (n=1133)		Vakava työuupumus (n=68)	
	OR	LV	OR	LV
<b>Työn hallinta</b>				
Matala	2,1	(1,6-2,7)	3,3	(1,2-9,0)
Korkea	1		1	
<b>Organisaation oikeudenmukaisuus</b>				
Matala	1,4	(1,1-1,8)	2,2	(1,0-5,0)
Korkea	1		1	

# Mallinnettu tulos

3/3

Multinomiaalinen  
logistinen  
regressioanalyysi

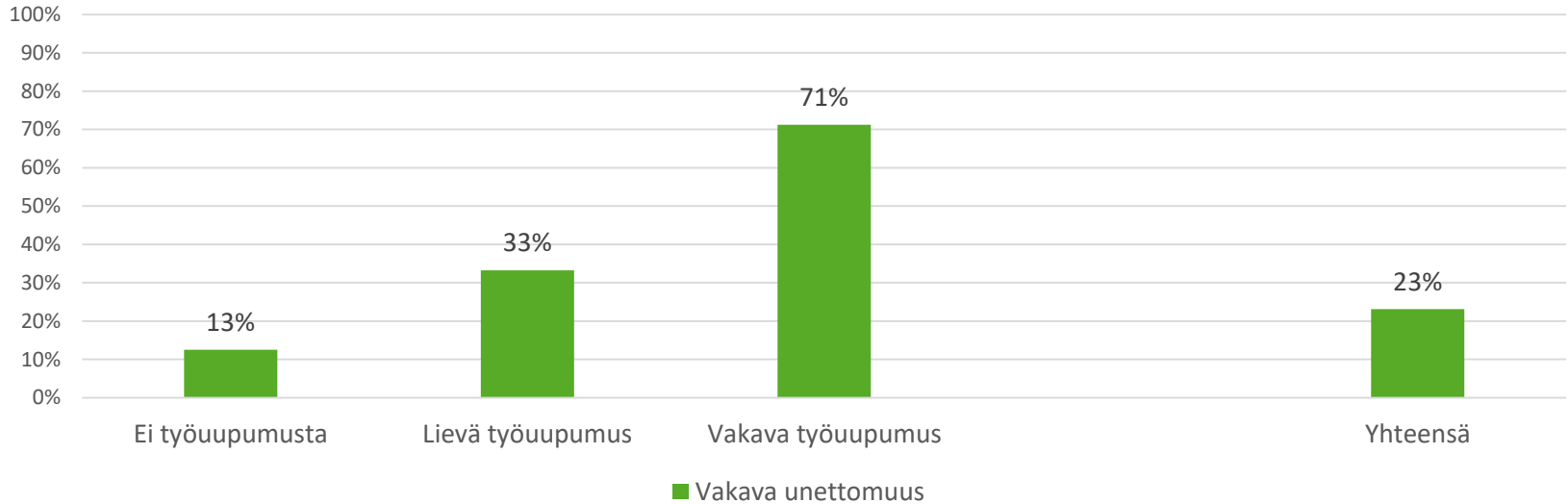
Vakioitu ikä ja sukupuoli

	Lievä työuupumus (n=1133)		Vakava työuupumus (n=68)	
	OR	LV	OR	LV
Fyysinen väkivalta	3,1	(1,1-8,9)	4,8	(1,7-21,8)
Uhkailu	1,1	(0,8-1,4)	1,6	(0,9-3,1)
Ei	1		1	
Henkinen väkivalta	1,2	(0,7-1,6)	1,7	(0,8-3,4)
Ei	1		1	
Seksuaalinen häirintä	1,3	(0,7-2,4)	1,6	(0,5-4,8)
Ei	1		1	

# Työuupumus ja uniongelmat, palautuminen ja työkyky



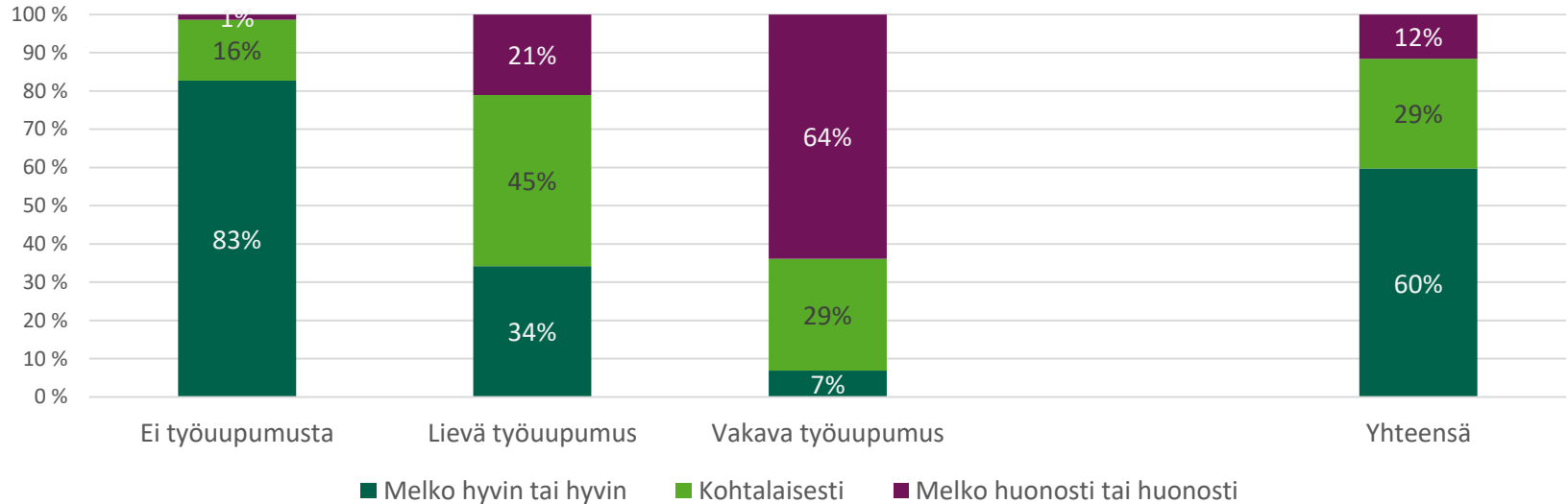
# Unettomuus ja työuupumus



n=2759)

# Palautuminen ja työuupumus

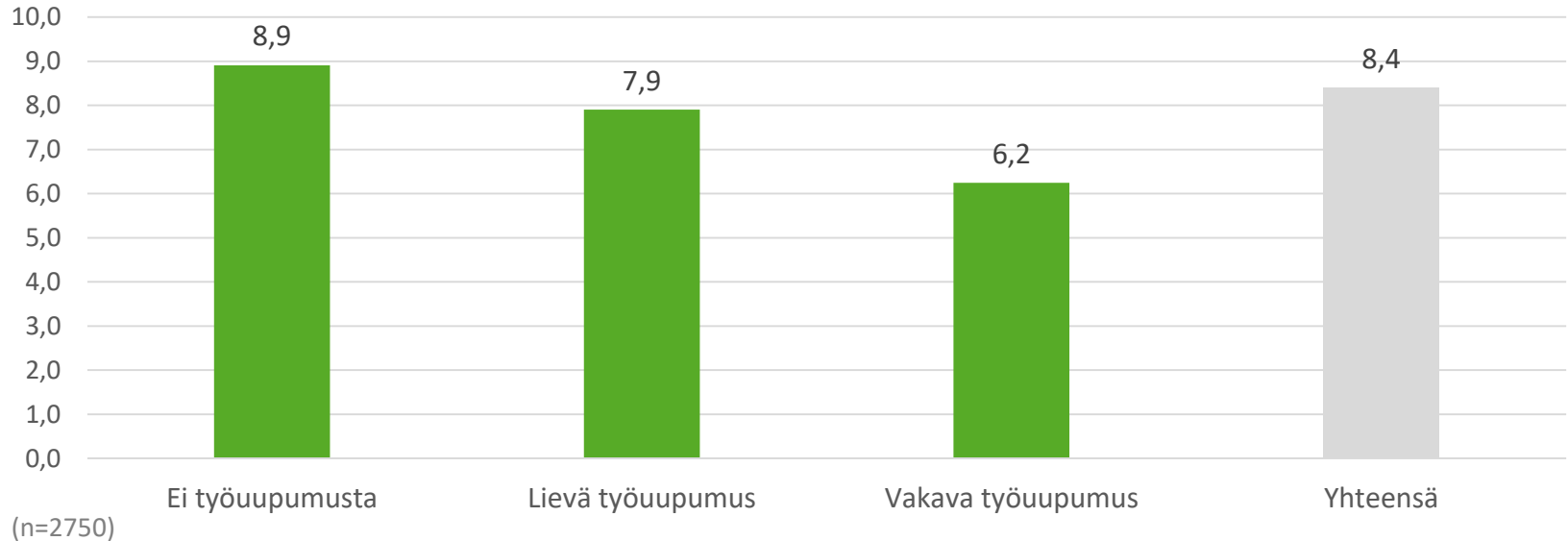
Kuinka hyvin koet yleensä palautuvasi työn aiheuttamasta kuormituksesta?



n=2743

hyvä (8–10)  
alentunut (6–7)  
heikko (0–5)

## Työkypisteiden keskiarvo työuupumusryhmittäin





## Yhteenveto 1/2

- Työuupumuksen esiintyvyys on lääkärikunnassa samalla tasolla kuin vuoden 1997 mittauksessa.
- Nuoret lääkärit kokevat työuupumusta useammin kuin vanhemmat – tämä on päinvastoin kuin väestössä yleensä.
- Työuupuneita on eniten terveyskeskuksissa ja vähiten yksityissektorilla.
- Stressin osa-alueista kiireeseen ja potilaisiin liittyvä stressi ovat voimakkaasti yhteydessä työuupumukseen. Tiimityöhön liittyvä stressi on yhteydessä vain lievään työuupumukseen. Tietojärjestelmiin liittyvä stressi ei ole yhteydessä työuupumukseen ollenkaan. Organisaation oikeudenmukaisuuden kokemukset ja työ hallinta ovat myös yhteydessä työuupumukseen.

## Yhteenveto 2/2

- Fyysisen väkivallan kokemukset ovat yhteydessä työuupumukseen, mutta henkinen väkivalta ja seksuaalinen häirintä eivät sen sijaan ole.
- Työuupuneilla on useammin vakavaa unettomuutta ja heikkoa palautumista työstä kuin ei työuupuneilla. Myös heidän arvionsa omasta työkyvystä on alentunut.
- Kausaalisuuden suuntaa ei voida poikkileikkaustutkimuksessa määrittää, mutta havaitut erot korostavat sitä, että työuupuneet voivat huonommin myös muiden mittareiden valossa.