



VÅRDFÖRBUNDET

*Vi är  
vården*

# ”Att komma ut i arbetslivet blev en chock”

– Så kan kortare arbetstid få fler unga att stanna i hälso- och sjukvården

RAPPORT 2024

**V**årdförbundet är ett yrkesförbund som tillvaratar medlemmarnas fackliga intressen. Vårdförbundet organiserar barnmorskor, biomedicinska analytiker, röntgensjuksköterskor och sjuksköterskor, studenter som utbildar sig till dessa yrken samt chefer och ledare.

I Vårdförbundet samlas ca 114 000 medlemmar i hela Sverige.

Vårdförbundets primära uppgift är att ta vara på medlemmarnas fackliga intressen och att utveckla vården och professionerna. Vårdförbundet arbetar ständigt för bättre arbetsvillkor, högre lön och möjlighet till kompetensutveckling genom hela yrkeslivet.

# Förord

Vi som är medlemmar i Vårdförbundet utgör den största gruppen av de anställda i hälso- och sjukvården, men vi är också för få. Det råder brist på barnmorskor, biomedicinska analytiker, röntgensjuksköterskor och sjuksköterskor i hela landet. Samtidigt har kommuner och regioner svårt att rekrytera och behålla personal, trots att många älskar sitt yrke.

De unga är särskilt viktiga för kompetensförsörjningen. Därför oroar det mig på djupet att så många unga välutbildade kollegor har en alltför hög arbetsbelastning och för lite återhämtning. Och att de unga tvivlar på om de kommer stanna i vården hela yrkeslivet.

Det har blivit allt tuffare att arbeta i hälso- och sjukvården. Det är inte ovanligt med bara en enda ledig dag i veckan vid heltidsarbete. En dag för att städa, tvätta, handla, umgås med familj, vänner – och samtidigt vila. Det är därför många går ned i deltid eller funderar på om de orkar stanna i yrket.

Kontorsnormen om 40 timmars arbetsvecka är inte anpassad efter patienternas behov. Men medlemmarna i Vårdförbundet jobbar inte på kontor där de kan ta paus när de behöver och gå hem klockan 17. De vårdar din anhörig medan du sover, firar jul med familjen och återhämtar dig på helgerna. De jobbar nära patienterna dygnet alla timmar, årets alla dagar.

Nu krävs en arbetstidsförkortning. Ingen ska behöva betala för orimliga arbetstider och dålig arbetsmiljö med hälsan och den egna plånboken.



Sineva Ribeiro,  
förbundsordförande

# Sammanfattning

Den här rapporten belyser läget inom hälso- och sjukvården kopplat till brist på personal med rätt kompetens, allt för hög arbetsbelastning och brist på vila och återhämtning. Ett särskilt fokus är på unga medlemmar i början av sin karriär eftersom de i högre grad upplever detta. De unga tror också i lägre grad att det är sannolikt att de kommer att stanna i vården. Rapporten bygger på Vårdförbundets undersökning bland barnmorskor, biomedicinska analytiker, röntgensjuksköterskor och sjuksköterskor, utförd av Novus under våren 2023.

## Rapporten visar bland annat att:

- Mer än hälften, 53 procent, av de unga medlemmarna upplever att bemanningen sällan eller aldrig är tillräcklig.
- 85 procent av de unga medlemmarna svarar att arbetsbelastningen är hög, mycket hög eller för hög, jämfört med 70 procent av alla medlemmar.
- Var femte, 21 procent, av de unga medlemmarna svarar att arbetsbelastningen är så hög att den inte går att hantera.
- Nära tre av tio, 28 procent, av de unga medlemmarna får i liten eller mycket liten utsträckning tillräcklig vila och återhämtning mellan arbetspassen.
- Var fjärde, 25 procent, får i liten eller mycket liten utsträckning rast och paus under varje arbetspass.
- 41 procent av de unga svarar att det är osannolikt att de kommer att stanna i vården under resten av sitt yrkesliv.

De problem som beskrivs hänger nära samman med den brist som råder på personal med rätt kompetens. Hög arbetsbelastning och brist på vila, återhämtning, rast och paus leder till ökad stress och risk för utmattning. Det i sin tur leder till ökade sjukskrivningar och, bland Vårdförbundets medlemmar, mer deltidarbete. Det är mycket oroväckande att unga i högre grad upplever för hög arbetsbelastning och brist på vila och återhämtning, och att de i lägre grad tror att de kommer att stanna kvar i vården.

Det är orimligt att barnmorskor, biomedicinska analytiker, röntgensjuksköterskor och sjuksköterskor riskerar sina egen hälsa på grund av underbemanning, för hög arbetsbelastning och stress. Detta är inte hållbart vare sig för medarbetaren, för patienterna, hälso- och sjukvården eller rent samhällsekonomiskt. Effekterna i form av sjukskrivningar och deltidarbete leder till en utarmning av så väl hälso- och sjukvården som av yrkeskompetenserna och vårdkvaliteten. Riskerna är överhängande att det blir än svårare att rekrytera och behålla personal med rätt kompetens i vården som behövs i framtiden, eftersom unga i högre utsträckning upplever problemen.

Nu behöver arbetstiderna förkortas. Då frigges mer tid för vila och återhämtning mellan arbetspassen. Om fler har tillräcklig vila och återhämtning kan fler jobba heltid. I en tidigare undersökning har Vårdförbundets medlemmar svarat att sänkt veckoarbetstid kan få dem att gå upp i arbetstid. Om alla de som jobbar deltid i dag orkar heltid imorgon motsvarar det 8000 fler kollegor. Med fler kollegor minskar arbetsbelastningen och möjligheterna till rast och paus ökar.

# Innehåll

Sammanfattning	4
Inledning	7
Många upplever underbemanning och allt för hög arbetsbelastning	9
Fler unga tycker att bemanningen är otillräcklig	9
Unga upplever oftare att den höga arbetsbelastningen inte går att hantera	10
Återhämtning en bristvara	11
Unga medlemmar får oftare för lite återhämtning	11
Unga får mer sällan rast och paus	12
Medlemmar berättar	13
Stor brist på tid för reflektion	14
Fyra av tio unga tror inte att de kommer stanna i vården	15
Vårdförbundets analys av resultaten	16
Vårdförbundets förslag: Veckoarbetstiden behöver förkortas.	17
Referenser	18

## **FAKTA**

### **Vårdförbundets Novus-undersökning våren 2023**

Vårdförbundet har låtit Novus intervjua 3 133 medlemmar anställda inom kommuner, regioner och kommunala bolag mellan 26 april och 11 maj 2023. Undersökningen är genomförd via webbenkät till ett slumpmässigt urval från Vårdförbundets medlemsregister. Syftet med undersökningen var att få en ny och aktuell bild av Vårdförbundets medlemmars arbetssituation kopplat till arbetstider 2023.

# Inledning

I den här rapporten har vi undersökt hur Vårdförbundets medlemmar själva ser på arbetsbelastning, bemanning, vila och återhämtning, tid för rast och paus under arbetspassen. Rapporten belyser också möjlighet till kompetensutveckling, samt hur stor sannolikheten är att man väljer att arbeta kvar i vården under resten av yrkeslivet.

Kompetensförsörjningen är svensk hälso- och sjukvårds största utmaning. Det har den varit under lång tid och den kommer inte att minska framöver med en åldrande befolkning och en ökad konkurrens om arbetskraft. Det innebär att behoven av fler anställda inte minst inom Vårdförbundets yrkesgrupper barnmorskor, biomedicinska analytiker, röntgensjuksköterskor och sjuksköterskor är mycket stort fram till 2031.<sup>1</sup>

Men kommuner och regioner har svårt att attrahera och behålla barnmorskor, biomedicinska analytiker, röntgensjuksköterskor och sjuksköterskor. Det beror bland annat på att arbetstiderna inte är anpassade efter att många jobbar dygnets alla timmar årets alla dagar. Kontorsnormen med 40 timmars arbetsvecka är dåligt anpassad efter de behov som patienter har av vård dygnet runt.

En annan orsak till kommunerna och regionernas problem är att arbetsbelastningen har varit hög för Vårdförbundets fyra yrken under lång tid. Så var det redan före pandemin och i spåren av pandemin har den arbetsrelaterade stressen ökat, i stället för att minska, som många räknade med. Igen handlar det om den höga arbetsbelastningen och de otillräckliga resurserna samtidigt som de uppdämda vårdbehoven är stora och hälso- och sjukvården behöver komma i kapp.<sup>2</sup>

Det här märks i statistiken. Den självskattade hälsan är lägre bland sjuksköterskor än för arbetsmarknadens som helhet, och tre av tio upplever symtom på

utmattning.<sup>3</sup> Det leder i sin tur till fler sjukskrivningar. Vårdförbundets yrkesgrupper var tidigare friska yrken, men numera toppar arbete inom bland annat vården de stressrelaterade sjukskrivningstalen<sup>4</sup>.

Arbetsbelastning och arbetstider påverkar även deltid-arbetet. Runt tre av tio medlemmar i Vårdförbundet arbetar deltid, många för att de inte orkar heltid. Mer än hälften av de deltidarbetande anger behovet av vila och återhämtning som det främsta skälet till att de väljer

***”Mer än hälften av de deltidarbetande anger behovet av vila och återhämtning som det främsta skälet till att de väljer deltidarbete.”***

deltidsarbete. Var fjärde anger för hög arbetsbelastning som huvudorsak. Det är alltså vanligt att förhållandena på arbetet i sig leder till deltidarbete, inte bara faktorer som är relaterade till barn och privatliv. Den kompetens som det råder skriande brist på går därmed delvis förlorad och det finns ett stort kompetenssvinn i svensk hälso- och sjukvård.<sup>5</sup>

Allt detta medför en risk för att till exempel sjuksköterskor lämnar sina jobb till följd av missnöje med hög arbetsbelastning och för lite återhämtning. Enligt Rebecca Selberg och Paula Mulinaris forskning från Lunds universitet riskerar en negativ spiral att sprida sig – exitspiralen.<sup>6</sup> Den är förödande för kompetensförsörjningen inom vården.

De problem som finns idag med arbetstider och arbetsbelastning är alltså allvarliga för möjligheterna att kompetensförsörja svensk hälso- och sjukvård.

- 1 SKR (2022a). "Välfärdens kompetensförsörjning. Personalprognos 2021–2031 och hur välfärden kan möta kompetensutmaningen"; Socialstyrelsen (2023). "Bedömning av tillgång och efterfrågan på legitimerad personal i hälso- och sjukvård samt tandvård. Nationella planeringsstödet 2023".
- 2 Myndigheten för arbetsmiljökunskap (2023). "Arbetsmiljörisker och friskfaktorer bland hälso- och sjukvårdspersonal"; Socialstyrelsen (2021). "Uppdämda vårdbehov. Analys och förslag till insatser".
- 3 Myndigheten för arbetsmiljökunskap (2023). "En kartläggning av arbetsmiljö och hälsa hos undersköterskor, sjuksköterskor och läkare i den offentliga hälso- och sjukvården."
- 4 Försäkringskassan (2023). "Försäkringskassans lägesrapport – psykisk ohälsa i dagens arbetsliv".
- 5 Vårdförbundet (2023). "Jag orkar inte jobba mer än deltid – Så kan hållbara heltider ge fler kollegor i vården".
- 6 Selberg & Mulinari (2022), Lunds universitet. "Exit spirals in hospital clinics: Conceptualizing turnover contagion among nursing staff"

Det behövs bättre arbetstider och arbetsmiljö men också mer resurser för att attrahera personal med rätt kompetens så att vårdköer kan kortas.

Ett perspektiv som speglas särskilt i den här rapporten är hur unga medlemmar i början av sin yrkesbana ser på arbetet. Det är viktigt för att det ger en bild av hur man påbörjar sin karriär inom hälso- och sjukvården och för att, som Myndigheten för arbetsmiljökunskap visar, unga som har kort yrkeserfarenhet upplever vissa riskfaktorer i den sociala och organisatoriska

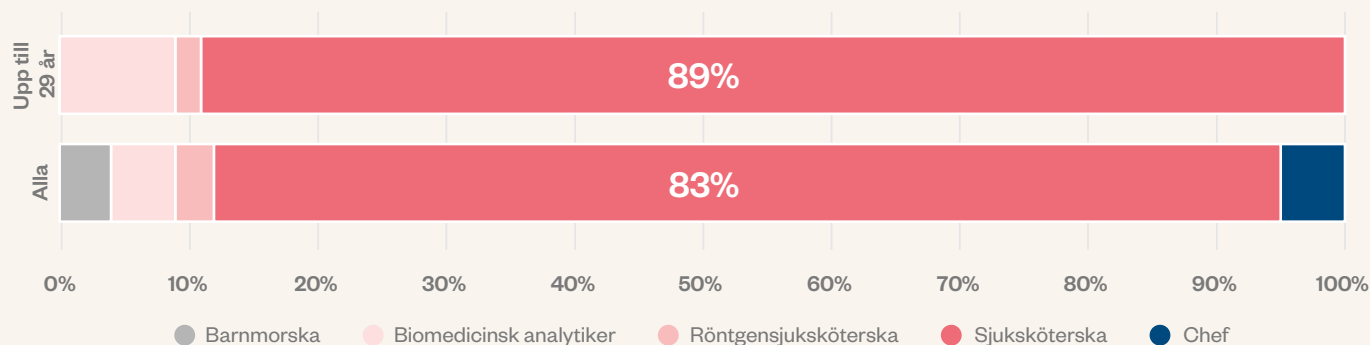
arbetsmiljön som ett större problem än äldre och mer erfarna kollegor.<sup>7</sup> Utgångspunkten för rapporten är en medlemsundersökning som Vårdförbundet med hjälp av Novus har genomfört under våren 2023. Den utgör, tillsammans med annan statistik och fakta, grunden för Vårdförbundets analys, slutsatser och förslag för att säkra rätten till ett hållbart arbetsliv för förbundets medlemsgrupper och därmed även mildra kompetensbristen i hälso- och sjukvården.

## FAKTA

### De unga medlemmarna

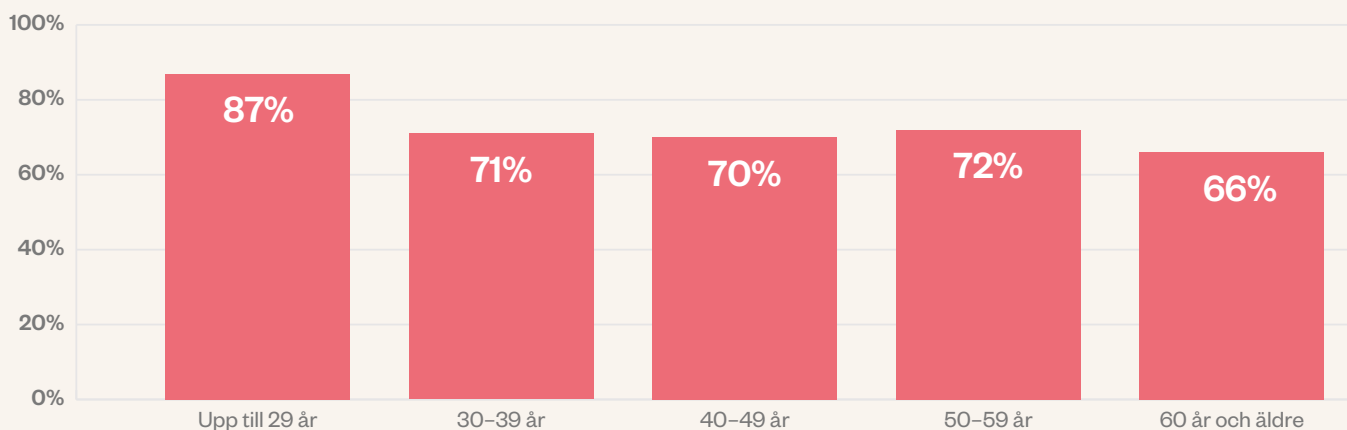
I Novus-undersökningen är var tionde intervjuad medlem högst 29 år. De allra flesta arbetar som sjuksköterskor följt av biomedicinska analytiker. Det är en viss skillnad jämfört med alla medlemmar.

#### VILKET YRKE MAN HAR INOM VÅRDEN



Det som skiljer de yngre medlemmarna från de äldre är att de allra flesta, närmare nio av tio, arbetar heltid. Andelen heltidsarbetande är lägre från 30 års ålder och allra lägst bland de som är 60 år och äldre.

#### ANDEL SOM ARBETAR HELTID UTIFRÅN ÅLDER



Källa: Vårdförbundet/Novus, april-maj 2023.

7 Myndigheten för arbetsmiljökunskap (2023). "Arbetsmiljörisker och friskfaktorer bland hälso- och sjukvårdspersonal".



# Många upplever underbemanning och allt för hög arbetsbelastning

## Fler unga tycker att bemanningen är otillräcklig

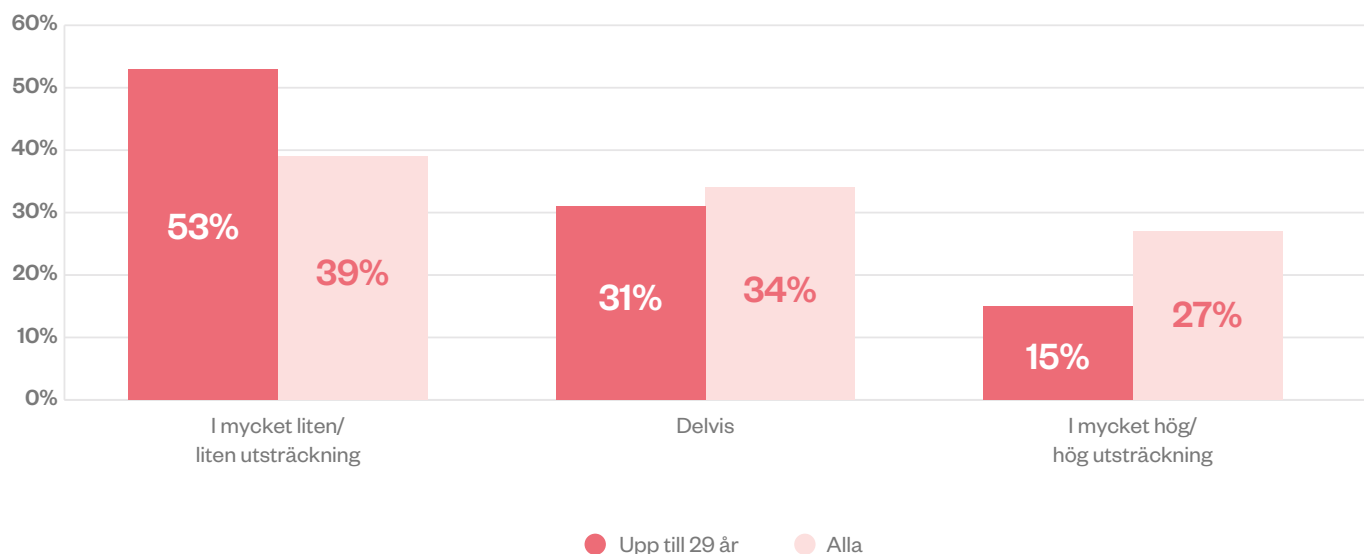
De senaste åren har det enligt en kunskapssammanställning från Myndigheten för arbetsmiljökunskap, som presenterades i december 2023, kommit flera larmrapporter om en ohållbar arbetssituation orsakad av hög arbetsbelastning och bristande resurser inom hälso- och sjukvården. Konsekvenserna av den höga arbetsbelastningen anses också ha blivit ännu tydligare i efterdyningarna av pandemin.<sup>8</sup>

Det återspeglas i Vårdförbundets medlemmars svar om huruvida bemanningen är tillräcklig och det gäller i synnerhet de unga medlemmarna. Mer än varannan ung medlem, 53 procent, säger att bemanningen i mycket liten eller liten utsträckning är tillräcklig. Motsvarande siffra för alla medlemmar är nära fyra av tio.

Endast ungefär var sjunde ung medlem menar att bemanningen i hög, eller mycket hög, utsträckning är tillräcklig. Bland alla medlemmar gäller det drygt var fjärde.

*”Det har kommit flera larmrapporter om en ohållbar arbetssituation orsakad av hög arbetsbelastning och bristande resurser inom hälso- och sjukvården.”*

Diagram 1. Vi har en tillräcklig bemanning på min avdelning.



NOT: En procent av de unga saknar uppfattning.

Källa: Vårdförbundet/Novus, april-maj 2023.

8 Myndigheten för arbetsmiljökunskap (2023). "Arbetsmiljörisker och friskfaktorer bland hälso- och sjukvårdspersonal".

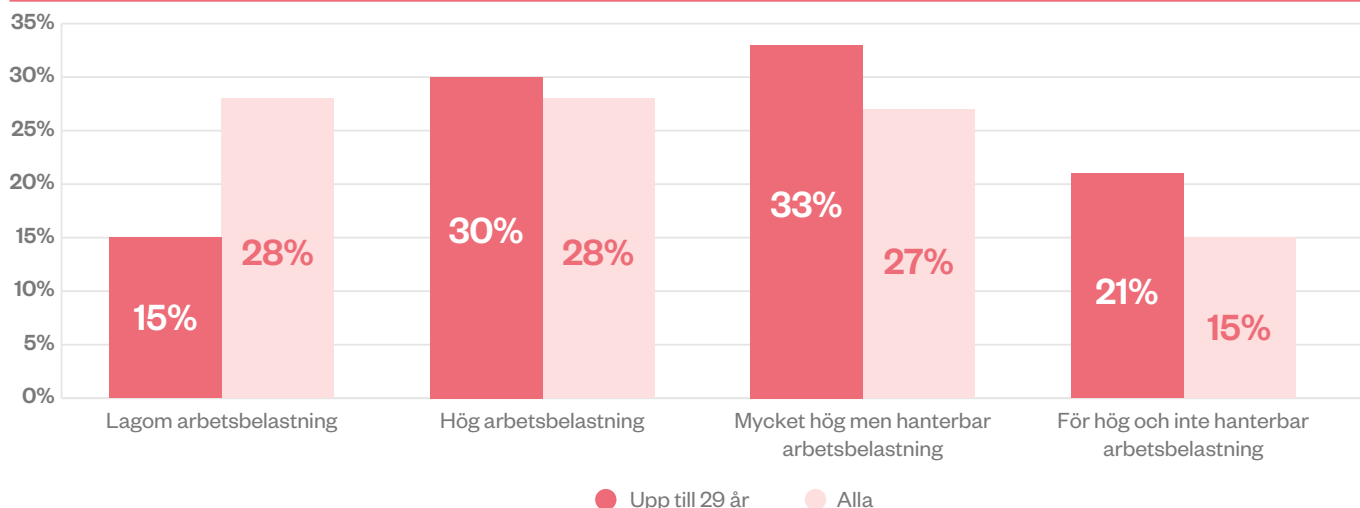
## Unga upplever oftare att den höga arbetsbelastningen inte går att hantera

Underbemanning leder ofta till hög arbetsbelastning och det är också många som svarat att arbetsbelastningen är för hög.

Bland de unga medlemmarna bedömer 85 procent arbetsbelastningen som hög, mycket hög eller för

hög. Sett bland alla medlemmar svarar 70 procent arbetsbelastningen som hög, mycket hög eller för hög. 21 procent av de unga anser att arbetsbelastningen är så hög att den inte är hanterbar, 15 procent bland alla medlemmar. Svartalernativet "låg arbetsbelastning" har inte någon upp till 29 år angett. Av alla medlemmar är det blott 1 procent som svarat att arbetsbelastningen är låg.

Diagram 2. Hur skulle du bedöma arbetsbelastningen i den tjänst och på den arbetsplats du har nu?



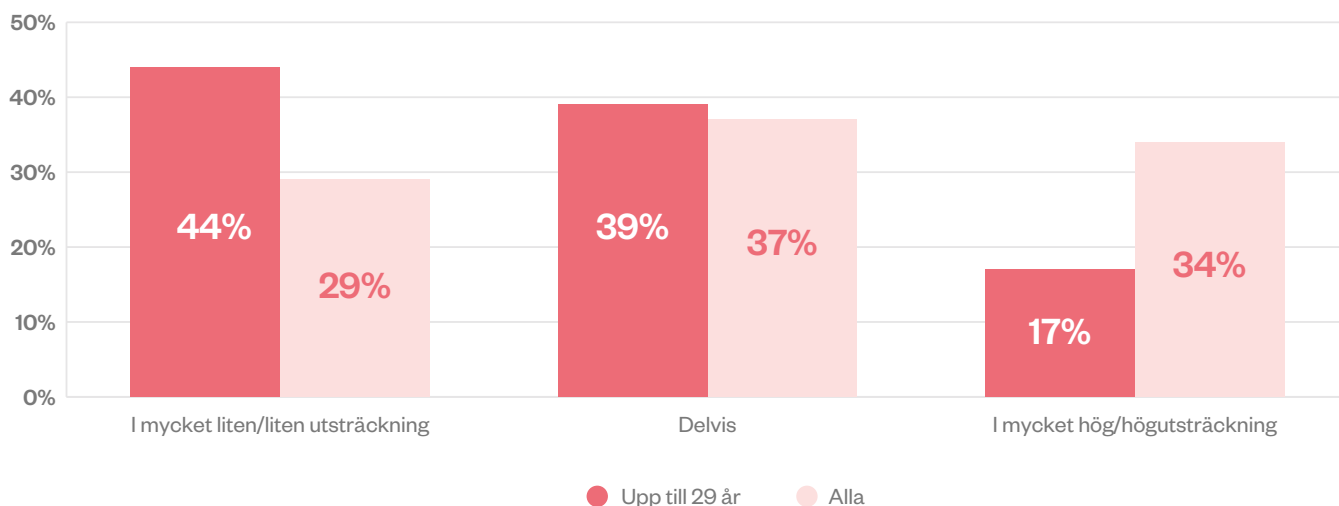
NOT: Det fanns ytterligare ett svartalernativ, "låg arbetsbelastning". Inte någon av medlemmarna upp till 29 år har angett det svartalernativet och av alla medlemmar är det blott 1 procent som svarat att arbetsbelastningen är låg.

Källa: Vårdförbundet/Novus, april-maj 2023.

När frågan om arbetsbelastning ställs på ett lite annorlunda sätt visar svaren också att det finns stora problem med hög arbetsbelastning och stress bland Vårdförbundets medlemmar.

Drygt fyra av tio av de unga medlemmarna anser att arbetsbelastning och stress i liten eller mycket liten utsträckning ligger på en godtagbar nivå. Detsamma gäller nära tre av tio av alla medlemmar.

Diagram 3. Arbetsbelastning och stress ligger på en godtagbar nivå.



Källa: Vårdförbundet/Novus, april-maj 2023.



# Återhämtning en bristvara

Det finns även andra aspekter av arbetssituationen som är viktiga för att arbetet ska vara hållbart. Det gäller inte minst att få tillräckligt med vila och återhämtning mellan arbetspassen såväl som att få rast och paus under arbetspassen.

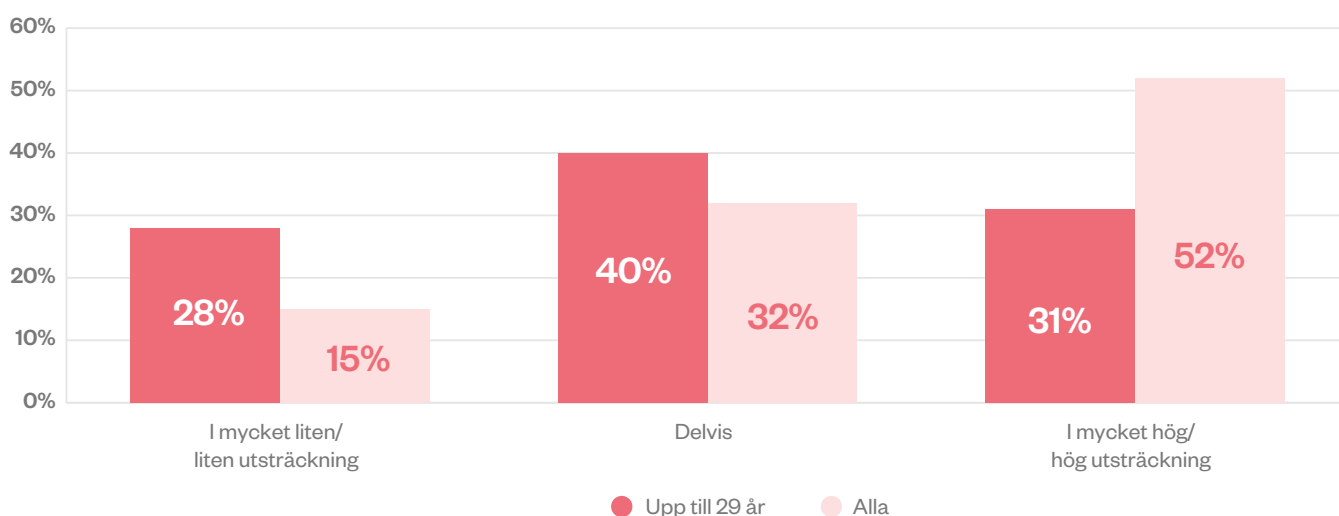
## Unga medlemmar får oftare för lite återhämtning

På frågan om man får tillräcklig vila och återhämtning

mellan arbetspassen svarar nästan 30 procent av de unga medlemmarna att tillräcklig vila och återhämtning gäller i mycket liten eller liten utsträckning. Det är betydligt fler unga som upplever att man inte får tillräcklig återhämtning, än för alla medlemmar, där 15 procent säger samma sak.

40 procent av de unga medlemmarna svarar att de delvis får tillräcklig vila och återhämtning, och drygt 30 procent av alla medlemmar.

Diagram 4. Jag får tillräcklig vila och återhämtning mellan arbetspassen.



Källa: Vårdförbundet/Novus, april-maj 2023.

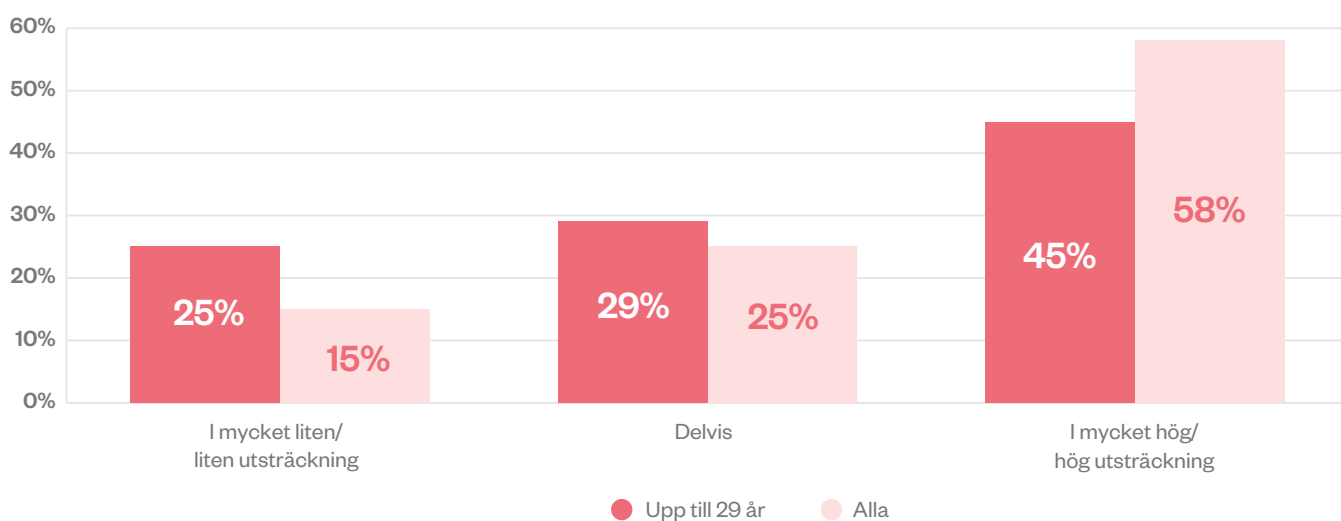
## Unga får mer sällan rast och paus

Möjligheten att få rast och paus är inte självklar för mer än hälften, 54 procent, av de unga medlemmarna, respektive 41 procent av alla medlemmar. 25 procent av de unga medlemmarna svarar att de i liten eller mycket liten utsträckning får rast och paus under varje arbetspass. 29 procent svarar att de delvis får det.

Bland alla medlemmar svarar 15 procent att de i liten eller mycket liten utsträckning får rast och paus under varje arbetspass, och 25 procent svarar att de delvis får det.



Diagram 5. Jag får rast och paus under varje arbetspass.



Källa: Vårdförbundet/Novus, april-maj 2023.



## Att komma ut i arbetslivet blev en chock

”

Jag har en mamma som är sjuksköterska, och hon varnade mig för hur det ser ut i sjukvården. Så jag var redan lite beredd, men när jag väl kom ut i arbetslivet kom det som en chock.

Jag har jobbat i två år och gått ned till 80 procent på grund av arbetsbelastningen. De beordrar överbeläggningar och att vi ska ta hand om patienter som vi inte kan något om. Vi har scheman där vi får jobba sex dagar i veckan.

När jag jobbade heltid kände jag mig superstressad. På kvällarna när jag kom hem hade jag ångest för att jobba nästa dag igen. Min vilopuls var 120, istället för 60 eller 70

som är normalt. Nästan alla unga sjuksköterskor som jag känner har bytt jobb eller klagat på att de mår väldigt dåligt.

Det känns jättetråkigt att jag utbildat mig i flera år och tagit studielån, och nu orkar jag inte ens jobba heltid. När jag säger att jag inte orkar får jag höra att man ska välja det här yrket som ett kall och för medmänsklighet.

Jag skulle verkligen vilja jobba kvar i vården resten av yrkeslivet och kanske orkar jag det om jag byter jobb flera gånger och hittar ett lugnare tempo. Jag lever på hoppet.”

Viktoria, 26 år

---

## Som heltidsanställd jobbar jag sex dagar av sju vissa veckor.

”

Jag har jobbat som sjuksköterska på ett stort sjukhus i två år. Allt har skruvats upp på max och man har jobbet i bakhuvudet även när man gått hem.

Nu har regionen infört hyrstopp. Det innebär att andra avdelningar har färre sjuksköterskor och färre vårdplatser. Men patienterna slutar inte komma till akuten så vi får ta dem i stället och lägga dem i korridoren.

Att jobba 100 procent innebär att jag vissa veckor jobbar sex dagar av sju. Den dagen ska man hinna varva ned och ta det lugnt, städa och tvätta hemma. Det blir för lite återhämtning och det stressar mig också. Jag har varit rädd att jag håller på att bli utbränd i perioder.

Jag har tittat på andra utbildningar för jag funderar över hur länge jag ska orka. Jag pratar mycket med mina unga kollegor om att det är svårt att vara den enda personen som jobbar i vården i sitt kompisgäng. Man är den som aldrig orkar.

Jag kanske hade gynnats av att gå ned i tid för min egen hälsas skull, men ekonomin hindrar. Vi pratar jättemycket om arbetstidsförkortning på jobbet, jag tror det hade hållit kvar fler i slutenvården.”

Karolina, 27 år





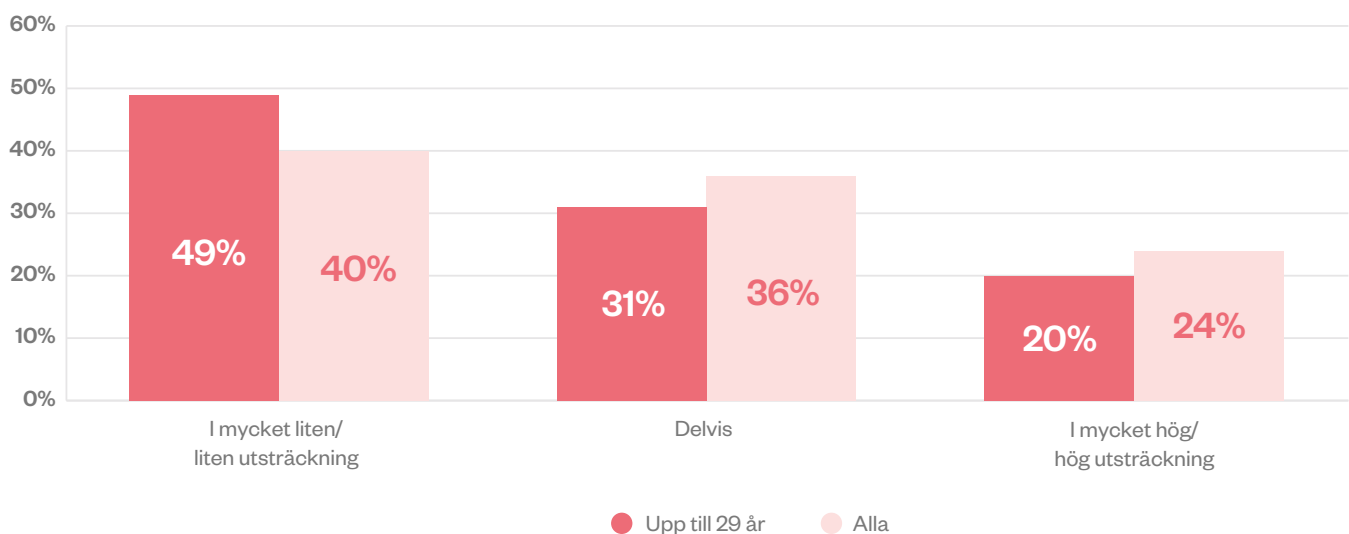
# Stor brist på tid för reflektion

Tid för reflektion och kompetensutveckling är viktiga faktorer för ett hållbart arbetsliv. Det gäller i synnerhet inom Vårdförbundets legitimationsyrken, där snabb teknik- och forskningsutveckling ständigt förändrar både arbetets innehåll och kraven på medarbetarnas kompetens. Arbetet utförs i en komplex vardag där många och skilda behov ska mötas och där man aldrig får riskera att kompromissa med patientsäkerheten.

I undersökningen svarar så många som varannan, 49 procent, av de unga medlemmarna att tid för reflektion under arbetstid finns i mycket liten eller liten utsträckning. Av samtliga tillfrågade medlemmar svarar 40 procent samma sak.

Det är bara en femtedel av de unga och en fjärdedel av alla medlemmar som menar att det i hög eller mycket hög utsträckning finns tid för reflektion under arbetstid.

Diagram 6. Det finns tid för reflektion under arbetstid.



Källa: Vårdförbundet/Novus, april-maj 2023.

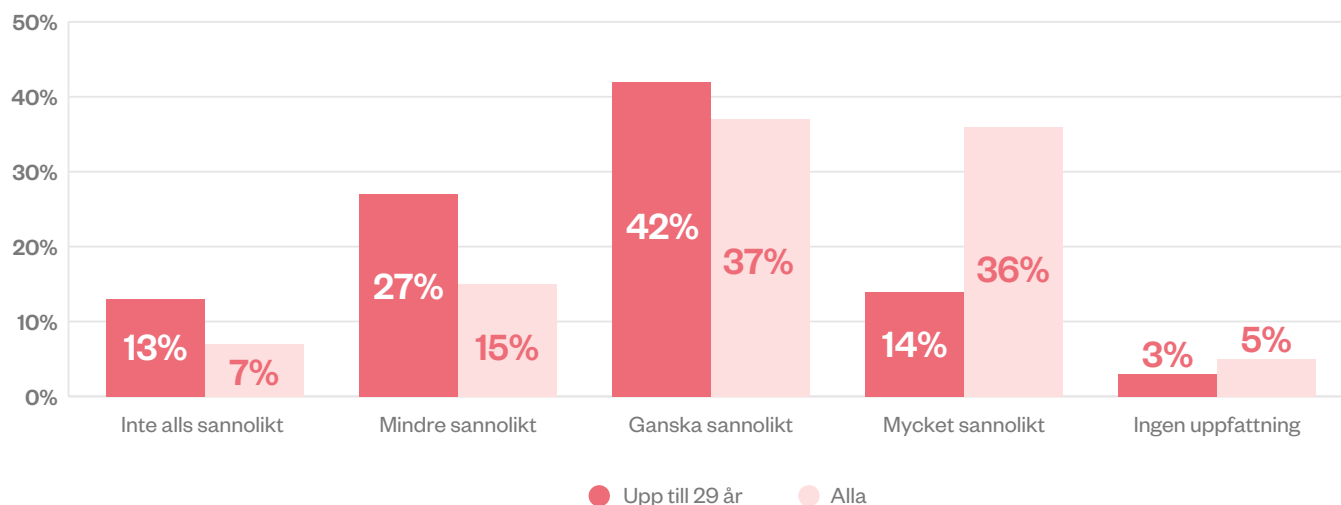
# Fyra av tio unga tror inte att de kommer stanna i vården

Arbetet är en stor del av livet och att fundera över sitt val av yrke och det nuvarande arbetet inträffar nog för de flesta vid något tillfälle. Sjuksköterskor överväger i hög grad att lämna sitt arbete. Det visar en stor studie från Myndigheten för arbetsmiljökunskap som bland annat knappt 2500 sjuksköterskor ingått i. Drygt fyra av tio, 44 procent, har uttryckt en vilja att lämna sitt arbete. Det är också de yngre och de med kort yrkeserfarenhet samt de med långa arbetsveckor som sticker ut. I åldersgruppen 21 till 36 år överväger nästan sex av tio att lämna sitt arbete. Viljan att lämna sitt arbete minskar med ålder och erfarenhet.<sup>9</sup>

Ett liknande resultat gäller även för Vårdförbundets medlemmar. 41 procent av de unga medlemmarna tror inte att det är sannolikt att de kommer arbeta kvar i hälso- och sjukvården resten av yrkeslivet. Bland alla medlemmar svarar 22 procent samma sak.

42 procent av de unga svarar därutöver att det bara är ganska sannolikt att de stannar. Endast 14 procent av de unga medlemmarna svarar att det är mycket sannolikt.

Diagram 7. Hur stor är sannolikheten att du kommer att arbeta kvar i vården under resten av ditt yrkesliv?



Källa: Vårdförbundet/Novus, april-maj 2023.

En del av de unga medlemmarnas svar har troligen att göra med att de är just unga och att det kan vara svårt att överblicka hela yrkeslivet. Samtidigt har de nyligen utbildat sig inom ett yrke som de troligen valt av intresse och lust vilket skulle kunna väga upp för den osäkerheten.

**”Drygt fyra av tio sjuksköterskor överväger att lämna sitt arbete.”**

9 Myndigheten för arbetsmiljökunskap (2023). ”Arbetsmiljörisker och friskfaktorer bland hälso- och sjukvårdspersonal”.

# Vårdförbundets analys av resultaten

Resultatet av undersökningen om bemanning, arbetsbelastning och stress visar att de grundläggande förutsättningarna för en hållbar arbetsbelastning för medlemmarna i Vårdförbundet inte existerar. Till följd av den kompetensbrist som råder upplevs bemanningen otillräcklig och arbetsbelastningen är över lag för hög. För var femte ung medlem är arbetsbelastningen dessutom så hög att den inte upplevs som hanterbar. Det betyder att arbetsbelastning och stress i många fall inte ligger på en godtagbar nivå.

***”Det är allvarligt att 41 procent av de unga medlemmarna svarat att det är mindre eller inte alls sannolikt att de kommer att arbeta kvar i vården resten av yrkeslivet.”***

Det är en varningssignal att unga medlemmar i högre grad upplever underbemanning och allt för hög arbetsbelastning. Det kan å ena sidan vara naturligt i början av yrkeslivet att ha svårare att hantera hög arbetsbelastning. Å andra sidan är det ett tecken på att de unga inte heller får det stöd de behöver, då det är brist på erfarna kollegor med rätt kompetens. De unga arbetar också i högre utsträckning heltid vilket i sig medför att de utsätts ännu mer för konsekvenserna av orimliga arbetstider och hög arbetsbelastning än de medlemmar som gått ned i arbetstid för att få mer vila och återhämtning.

Det är väl belagt att krav och resurser i arbetet har stark koppling till både riskfaktorer och friskfaktorer i arbetet. För höga krav ökar risken för stressrelaterade sjukdomar och sjukskrivning. Riskfaktorer som är förknippade med höga krav är just hög arbetsbelastning och tidspress men även psykisk ansträngning. Personal inom hälso-

och sjukvården har oftare än andra personalgrupper vissa organisatoriska och sociala riskfaktorer i arbetet. Det gäller bland annat arbetsmängd och tidspress – hur mycket, hur hårt eller hur fort en person behöver arbeta – och känslomässiga krav som är kopplade till ansvaret för patienter och anhöriga. Om kraven är höga och den egna kontrollen är låg blir arbetet så kallat spänt. Det är förknippat med stress och psykisk ohälsa.<sup>10</sup> Spända arbeten är överrepresenterade i sjukskrivningar, arbete inom vården tillhör dessa.<sup>11</sup>

Bristen på tid för reflektion som framkommer i undersökningen vittnar om att nästan all tid på arbetet är patientnära, vilket beror på att kollegor med rätt kompetens är för få. Det skapar en etisk stress, som innebär att många plågas av att patienter med stora behov av vård inte får rätt vård, i rätt tid och att patientsäkerheten riskerar att drabbas. För lite tid för reflektion och pauser riskerar att göra att det inte heller finns utrymme att bearbeta den etiska stress som uppkommer under dagen.

För ett långsiktigt hållbart arbetsliv är också tillräcklig återhämtning och vila mellan arbetspass såväl som regelbundna raster och pauser under arbetstid avgörande för att vi ska ha en god hälsa och undvika utmattning. Därför är det allvarligt att så få medlemmar får tillräcklig vila och återhämtning mellan arbetspass och rast och paus under arbetsdagen.

Givetvis kan alla dessa brister påverka viljan att stanna i sitt nuvarande arbete och i sitt yrke. Det är allvarligt att 41 procent av de unga medlemmarna svarat att det är mindre eller inte alls sannolikt att de kommer att arbeta kvar i vården resten av yrkeslivet, och att 22 procent av alla medlemmar svarar samma sak. Det råder stor brist på barnmorskor, biomedicinska analytiker, röntgensjuksköterskor och sjuksköterskor. Det innebär redan idag ett stort kompetenssvinn att sjukskrivningstalen är höga och att deltidsarbetet är utbredd. Svensk hälso- och sjukvård har behov av att en

10 Myndigheten för arbetsmiljökunskap (2023). "Arbetsmiljörisker och friskfaktorer bland hälso- och sjukvårdspersonal".

11 <https://www.forsakringskassan.se/nyhetsarkiv/nyheter-press/2022-06-21-fortfarande-storst-antal-sjukfall-inom-vard--och-omsorg>.



# 8 000

**Totalt motsvarar deltid arbetet cirka 8 000 fler anställda inom Vårdförbundets yrkesgrupper.**

mycket högre andel av Vårdförbundets yrkesgrupper vill stanna kvar i vården.

Vårdförbundet anser att det är orimligt att barnmorskor, biomedicinska analytiker, röntgensjuksköterskor och sjuksköterskor på grund av kompetensbrist, för hög arbetsbelastning och stress riskerar sina egen hälsa genom att arbeta i vården. Det är inte svårt att förstå de medlemmar som väljer deltid arbete för att få den vila och återhämtning som de inte kan få idag på grund av ohållbara arbetstider och brister i arbetsmiljön.

Det är dock inte hållbart vare sig för medarbetaren, för patienterna, hälso- och sjukvården eller rent samhällsekonomiskt då de som vårdar arbetar sig sjuka samtidigt som vårdköerna växer. Det leder till en utarmning av så väl hälso- och sjukvården som av yrkeskompetenserna och vårdkvaliteten.

Barnmorskor, biomedicinska analytiker, röntgensjuksköterskor och sjuksköterskor, har investerat flera år i sina akademiska utbildningar och ställer betydligt högre krav på arbetsförhållandena inom hälso- och sjukvården än hur det ser ut i verkligheten.

Vårdförbundets medlemmar som arbetar i hälso- och sjukvården har rätt till goda förutsättningar att orka, kunna och vilja arbeta heltid genom hela yrkeslivet och att fortsätta att utveckla och utvecklas på arbetsplatsen och i yrket.<sup>12</sup>

***”Barnmorskor, biomedicinska analytiker, röntgensjuksköterskor och sjuksköterskor, har investerat flera år i sina akademiska utbildningar och ställer betydligt högre krav på arbetsförhållandena inom hälso- och sjukvården än hur det ser ut i verkligheten.”***

En arbetssituation och en arbetsmiljö som gör det möjligt för Vårdförbundets yrkesgrupper att vara friska och att arbeta heltid skulle innebära stora vinster för den enskilde såväl som för hela samhället.

För att arbetet i hälso- och sjukvården ska vara hållbart och för att unga såväl som äldre medlemmar ska vilja stanna kvar i vården krävs ett samlat och målmedvetet grepp om arbetsvillkoren. Arbetsmiljön och arbetstider måste stå i centrum och det behövs mer kraftfulla tag. Hälso- och sjukvårdens arbetsgivare och politiker måste ta ansvar för att bryta de strukturella arbetsmiljöproblemen inom hälso- och sjukvården.

## Vårdförbundets förslag

**Veckoarbetstiden behöver förkortas.** Då frigges mer tid för vila och återhämtning mellan arbetspassen. Om fler har tillräcklig vila och återhämtning kan fler jobba heltid. I en tidigare undersökning har Vårdförbundets medlemmar svarat att sänkt veckoarbetstid kan få dem att gå upp i arbetstid. Om alla de som jobbar deltid i dag orkar heltid imorgon motsvarar det 8000 fler kollegor. Med fler kollegor minskar arbetsbelastningen och möjligheterna till rast och paus ökar.

- Korta veckoarbetstiden för att attrahera fler att arbeta heltid och på så sätt öka antalet arbetade timmar i vården.
- Skapa hållbara scheman för bättre arbetsmiljö och hälsa, där man har klara regler om fyra veckors sammanhållen semester på sommaren, rätt till lunchrast och tydliga regler för kompetensutbildning/funktionsutbildning och paus.
- Minska övertid och mertid genom att anställa fler kollegor med rätt kompetens och fördela nödvändig övertid och mertid jämnt mellan kollegor för att undvika överbelastning.

12 Krav på fortbildning för legitimerade yrkesgrupper finns det stöd för i EU's yrkeskvalifikationsdirektiv: SOU 2014:19 210 4.12

# Referenser

Försäkringskassan (2023). "Försäkringskassans lägesrapport – psykisk ohälsa i dagens arbetsliv".

Myndigheten för arbetsmiljökunskap (2023). "Arbetsmiljörisker och friskfaktorer bland hälso- och sjukvårdspersonal". <https://mynak.se/wp-content/uploads/2023/12/Arbetsmiljorisker-och-friskfaktorer-bland-halso-och-sjukvardspersonal.pdf>

Myndigheten för arbetsmiljökunskap (2023). "En kartläggning av arbetsmiljö och hälsa hos undersköterskor, sjuksköterskor och läkare i den offentliga hälso- och sjukvården."

Rebecca Selberg & Paula Mulinari (2022), Lunds universitet. "Exit spirals in hospital clinics: Conceptualizing turnover contagion among nursing staff"

SKR (2022a). "Välfärdens kompetensförsörjning. Personalprognos 2021–2031 och hur välfärden kan möta kompetensutmaningen". Sveriges kommuner och regioner. <https://skr.se/download/18.1eb2584e1850542ab-faac29/1670940688212/Valfardens-kompetensforsorjning.pdf>

SKR (2022b). "Unga och välfärdsjobben. Intresse, attityder och tankar kring jobben i kommuner och regioner". [https://skr.se/download/18.6cec-43d185a5d735108963e/1674652879679/Unga-och-valfardsjobben\\_jan-23.pdf](https://skr.se/download/18.6cec-43d185a5d735108963e/1674652879679/Unga-och-valfardsjobben_jan-23.pdf)

Socialstyrelsen (2021). "Uppdämda vårdbehov Analys och förslag till insatser". <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2021-10-7534.pdf>

Socialstyrelsen (2023). "Bedömning av tillgång och efterfrågan på legitimerad personal i hälso- och sjukvård samt tandvård. Nationella planeringsstödet 2023". Socialstyrelsen. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2023-2-8352.pdf>

Vårdförbundet (2023). "Jag orkar inte jobba mer än deltid' – Så kan hållbara heltider ge fler kollegor i vården".





13:02:55



Adolf Fredriks Kyrkogata 11, Box 3260, 103 65 Stockholm. Telefon 0771-420 420  
[vardforbundet.se](http://vardforbundet.se)