

Pressmeddelande

Stockholm den 11 oktober 2001

Alecta stödjer ny forskning:

Leder störd sömn till utbrändhet?

Alecta (tidigare SPP) medverkar till ny forskning om störd sömn och utbrändhet.

Forskningen syftar till öka förståelsen om utbrändhetens mekanism och kan komma att få stort genomslag på arbetsmiljöområdet.

Det nystartade forskningsprojektet ska undersöka sambandet mellan sömnstörningar och utbrändhet. Sedan tidigare har det funnits indikationer på att sömnstörningar kan vara en nyckelfaktor vid utveckling av utbrändhet.

- En undersökning som vi gjort visar att över 80 procent av våra ITP-försäkrade som är sjukskrivna på grund av utbrändhet och psykiska sjukdomar upplever sömnproblem. Det kan jämföras med diagnosgrupperna astma/allergi och muskel-/ryggsjukdomar där cirka 30 procent respektive 40 procent har sömnproblem, säger Birgitta Rolander, chef för Alecta Hälsa & Välfärd.

Forskningsprojektet leds av professor Torbjörn Åkerstedt och docent Aleksander Perski vid Institutet för Psykosocial Medicin (IPM). En grupp frivilliga personer som är långtidssjukskrivna för utbrändhet kommer att få behandling och utbildning om sömn och stress på IPMs Stressmottagning. Deltagarna ska dels besvara frågor om sömn, stress och hälsa, och dels genomgå fysiologiska mätningar som till exempel en MRI-undersökning för att undersöka hippocampus-volymens förändringar. Immunförsvarsaktivitet, stresshormon cortisol, blodtryck och puls är annat som kommer att mätas.

- Visar studien att det finns ett samband mellan graden av sömnstörning och nivån av utbrändhet och att behandlingen haft positiva effekter, så måste stressrelaterade sjukdomar börja behandlas med nya metoder. Sannolikt får ett sådant resultat också konsekvenser på lagstiftningen kring arbetsmiljö och arbetstider, säger Aleksander Perski.

Antalet långtidssjukskrivningar till följd av utbrändhet och stress har ökat kraftigt de senaste åren. Idag lider hela 20 procent av Alectas långtidssjukskrivna ITP-försäkrade av utbrändhet eller reaktion på svår stress. Genom medverkan till forskning bidrar Alecta med kunskap för att minska enskilda människors lidande och verka för en bromsning av de växande kostnaderna som följer av den ökade ohälsan.

För mer information kontakta:

Birgitta Rolander, chef Alecta Hälsa & Välfärd, tel 08-441 65 50

Aleksander Perski, docent vid IPM, tel 08-728 64 00

Torbjörn Åkerstedt, professor vid IPM, tel 070-630 41 35

Lena Wirdefeldt, presskontakt Alecta, tel 08-441 66 58, 070-674 56 24

Alecta utvecklar, erbjuder och förvaltar kollektivavtalade pensionsplaner. Kärnan i verksamheten är tjänstepensionen ITP, som grundas på ett avtal mellan Svenskt Näringsliv och PTK. Alecta är Nordens största tjänstepensionsföretag med 340 miljarder kronor i förvaltat kapital. Under senare år har Alecta utvecklat en omfattande kompetens inom området hälsa och rehabilitering. Alecta har 700 anställda, som ger service till 27 000 företag och administrerar 1,4 miljoner försäkringar. Den årliga premieinkomsten uppgår till drygt 15 miljarder kronor.