
Større andel høyt utdannede var tilbake i jobb etter langtidssykefravær og depresjon

AKTUELT I FORENINGEN

LISBETH NILSEN

bethnil17@gmail.com

Allmennedisinsk forskningsfond

Jo høyere utdanning, dess større er sannsynligheten for at personer som har vært langtidssykmeldt for depresjon er tilbake i jobb to år etterpå. Men da forskerne bak en stor norsk registerstudie justerte for yrke, fant de en overraskende kjønnsforskjell.



FORSKER: – Vi må finne løsninger slik at flere kan delta i arbeid lenger, ut ifra de forutsetningene de har. Kanskje kan det øke bærekraften i arbeidslivet, mener

doktorgradsstipendiat Heidi Marie K. Meling ved Allmenntmedisinsk forskningsenhet i Bergen/NORCE. Foto: Arngeir Berge/NORCE

For kvinner som hadde vært sykmeldt i minst tre måneder med depresjon, økte sannsynligheten for å være tilbake i jobb uten fravær de påfølgende to år med økende utdanningsnivå. For menn så bildet annerledes ut: Etter at forskerne kontrollerte for yrke, var det kun de med mer enn tre års utdanning på høyskole- eller universitetsnivå som hadde større sannsynlighet for å returnere til jobb uten påfølgende fravær.

Det viser en stor norsk registerbasert kohortstudie som ble publisert i BMJ Open i sommer.

Stusset på funn

Da forskerne også korrigererte for yrke og varighet av langtidssykmelding, hadde kvinner med høyest utdanning 45 prosent større sannsynlighet for å være tilbake i jobb uten sykefravær i to år etter retur til arbeid, sammenlignet med kvinner med lavest utdanning. For menn var den økte sannsynligheten på 19 prosent for de høyest utdannede.

For eksempel var 41 prosent av kvinnene med høyest utdanning ikke sykmeldt i løpet av de to årene etter at de var tilbake til jobb, mens det samme gjaldt bare 23 prosent av dem med grunnskole. For menn var tilsvarende andel henholdsvis 43 prosent og 29 prosent.

Førsteforfatter av kohortstudien er ph.d.-kandidat Heidi Marie Kirkeng Meling. Hun er samfunnsviter og forsker ved Allmenntmedisinsk forskningsenhet i Bergen/NORCE, som er en del av Alrek helseklynge.

– Vi stusset over at jobb forklarer så mye blant menn, men ikke blant kvinner. Det var det mest overraskende resultatet. Det norske arbeidsmarkedet er kjønnssegregert. Yrkeslivet blant kvinner er mer homogent, det vil si at kvinner har likere jobber. Når det er mindre variasjon i type jobb blant kvinner enn blant menn, kan det være én av mange mulige forklaringer på at type yrke ikke forklarer mye av utdanningsforskjellene vi så blant kvinner, sier Heidi Marie Kirkeng Meling.

Bærekraftig arbeidsdeltagelse

Studien er en del av «The Norwegian GP-DEP Study» – om behandling av depresjon i allmennpraksis. Det er publisert flere studier fra prosjektet, blant andre en studie som viser en sammenheng mellom pasienters utdanningsnivå og hva slags behandling de får.

Meling og medforfattere sin studie inkluderer registerdata fra 13 624 personer, som i perioden 2009 til 2011 hadde vært sykmeldt i minst tre måneder med diagnosen depresjon. Deltakerne ble så fulgt i to år etter at de returnerte til jobb.

Forskerne har sett på sammenhengen mellom utdanningsnivå og sannsynligheten for bærekraftig retur til arbeid, altså hvorvidt folk returnerer til jobb uten vesentlig fravær i to påfølgende år. I studien ble bærekraftig retur til arbeid definert i tre grupper; null dager fravær, opptil 30 dager fravær og opptil 90 dager fravær. Eventuelt sykefravær var uansett årsak.

I gruppen kvinner med null dager sykefravær i oppfølgingsperioden, hadde 23 prosent kun grunnskole, mens 41 prosent hadde minst fem års universitets- eller høyskoleutdanning. For menn var prosentandelene henholdsvis 29 og 43. Sammenhengen mellom utdanning og retur til arbeid gjaldt også grupper med sykefravær i løpet av de to årene.

– Uavhengig av antallet sykmeldingsdager, så vi den samme tendensen for menn og kvinner, det vil si at henholdsvis yrke og utdanning hadde betydning for å være tilbake i jobb, forklarer Kirkeng Meling.

Separate analyser

Det er gjort separate analyser for menn og for kvinner.

– Det vil si at vi ikke sammenligner menn og kvinner. Menn og kvinner er forskjellige og har ulike jobber, ansvarsområder og ulik risiko for sykdom. Kanskje kommer det ikke så tydelig frem når vi ser på menn og kvinner samlet.

Vesentlig flere menn enn kvinner i studien hadde middels høy og høy inntekt. Og mer enn fire ganger så stor andel menn enn kvinner jobbet i manuelle (fysiske) yrker. Flere kvinner enn menn i kohorten hadde høyere utdanning.

Forskerne så også på faktorer som alder, sivilstatus, bostedsområde og inntekt.

– Hovedfunnene endret seg overraskende lite da vi justerte for disse variablene, forteller Meling.

«Mye blir skjult»

Sykefravær i oppfølgingsperioden gjelder alle årsaker, så forskerne vet ikke om sykmelding skyldes en ny depresjon.

– Det er kjent at sykefravær genererer sykefravær. Dette er en utsatt gruppe fordi risikoen for ny depresjon etter førstegangsdepresjon er stor, og enda større etter påfølgende depresjon. I litteraturen har det vært diskutert om det er behov for å håndtere depresjon som en kronisk sykdom. Da må vi tenke annerledes om sykefravær. Tillater vi en viss mengde sykefravær i oppfølgingsperioden etter retur til arbeid, så er kanskje det å ha et visst fravær likevel bærekraftig. Visjonen om at alle skal være i fullt arbeid alltid, kan være veldig ekskluderende. Arbeidstakere som ikke har full arbeidskapasitet, kan kanskje forbli i arbeid lengre hvis de kan jobbe redusert. For å bevare den norske velferdsstaten har vi ikke noe valg lenger – vi må ha fokus på dette. Vi må finne løsninger slik at flere kan delta i arbeid lenger, ut ifra de forutsetningene de har. Kanskje kan det øke bærekraften i arbeidslivet.

I forskning brukes ofte tre nivåer for å gruppere utdanningsnivå: Lav utdanning (grunnskole), utdanning på videregående skole nivå og høyere utdanning (høgskole/universitet). I denne studien har forskerne bevisst valgt fem grupper, hvor drop-outs fra videregående er inkludert og hvor det er skilt mellom treårig universitets- eller høgskoleutdanning (bachelornivå) og femårig utdanning (masternivå). Slik fikk forskerne frem viktige nyanser:

– Hos kvinner ser vi for eksempel av de med høyest utdanning har 45 prosent høyere sannsynlighet for å være tilbake i full jobb uten fravær de to årene etter langvarig depresjonssykmelding sammenlignet med de lavest utdannede, mens sannsynligheten bare er 9 prosent høyere for dem med utdanning på bachelornivå. Hadde vi bare brukt kategorien «høyere utdanning», ville vi ikke fått frem disse interessante forskjellene, poengterer førsteforfatteren og legger til:

– Det er mye som kanskje blir skjult når vi slår sammen utdanningsnivåer, for eksempel at ulike høyere utdanninger leder inn i ulike typer yrker. Selv tilhører jeg høyeste utdanningsgruppe og har en forskerjobb med mye fleksibilitet. Det er enklere å tilrettelegge min arbeidssituasjon enn for eksempel den krevende arbeidssituasjonen til en sykepleier med treårig høyskoleutdanning som jobber på akuttmottak.

Fare for bias

Registerstudien skiller seg fra annen forskning spesielt ved å ha et stort nasjonalt datamateriale og lang oppfølgingstid.

– Mange andre studier har sett på retur til arbeid over bare et par måneder etter endt sykmelding, mens vi har to år – og skulle gjerne hatt enda lengre oppfølgingstid.

Andre ting som skiller den norske studien fra annen forskning er separate analyser for menn og for kvinner, samt flere kategorier for utdanning enn det som er vanlig.

Studien har ikke data på alvorlighetsgraden av depresjon.

– Alle deltagerne hadde vært sykmeldt i minst tre måneder. Nesten 42 prosent hadde et sykefravær på mellom 9 og 12 måneder, med små forskjeller mellom menn og kvinner. Lang sykmelding tyder på at det sannsynligvis er en viss alvorlighetsgrad ved depresjonen, bemerker forskeren.

Studien har heller ikke data for eventuell gradert sykmelding, ikke mens de var sykmeldt for depresjon og ikke for eventuelt sykefravær i de to årene etterpå.

– *Hvorfor har dere ikke skilt mellom full eller delvis sykmelding?*

– Vi har sett på det som var synlig i registerdataene vi hadde tilgjengelige, og det var sykepengeutbetaling fra NAV, etter arbeidsgiverperioden på de 16 første dagene i en sykmelding. Vi hadde altså ikke data på sykmeldingsgrad. Skulle vi ha skilt mellom full og gradert sykmelding i oppfølgingsperioden, kunne vi ha risikert bias – skjevheter – fordi muligheten for gradering og tilrettelegging vil variere med yrke og arbeidsplass.

– *Hvordan kan resultatene fra studien brukes i praksis?*

– Det er et utrolig interessant utgangspunkt for videre forskning. Jeg håper resultatene vil inspirere til å stille spørsmål om hva bærekraftig arbeidsdeltagelse betyr, og hva som er bærekraftig for hvem. Jeg tror funnene våre handler om anerkjennelsen av at vi har ulike forutsetninger her i livet. Det betyr at noen trenger mer fleksibilitet og mulighet for mer fravær og/eller tilrettelegging enn andre når de kommer tilbake til jobb etter en lang sykmelding. Kanskje må vi trå til på en annen måte, lytte mer til behovene og se på andre løsninger for personer i visse grupper, mener Heidi Marie Meling.

Publisert: 9. oktober 2023. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.23.14.13

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 20. juni 2026.