



6 av 10
svenskar

arbetar

i dålig
belysning

Arbetsmiljön är en viktig del av en bra arbetsplats och har stor inverkan på hälsa och trivsel på jobbet, det visar en ny undersökning. En av de viktigaste faktorerna för arbetsmiljön är arbetsplatsens belysning. Trots det är en betydande andel missnöjda med sin arbetsmiljö i stort och belysningen är ett synnerligen eftersatt område. Följerna kan stå företagen dyrt i längden.

TEXT STINA JAKOBSSON

› Sex av tio tycker att en bra arbetsmiljö är bland de viktigaste faktorerna för ett bra jobb (viktigare än både utvecklingsmöjligheter, lön och bra chefer) och en stor majoritet instämmer i att arbetsmiljön har stor betydelse för såväl trivseln på jobbet och som för arbetsinsatsen. Det visar en färsk undersökning bland dryga 1 800 yrkesarbetande svenskar över 20 år.

Men en av tre svenskar ger fortfarande sin arbetsmiljö underkänt och fyra av tio tycker inte att det satsas på arbetsmiljön på deras arbetsplatser. En av de faktorer som nämns först när det gäller vad som bidrar till en god arbetsmiljö är arbetsplatsens belysning.



TRÖTT. Så många som 70 % känner sig trötta på jobbet.

SJUK AV DÅLIGT LJUS?

Så många som 7 av 10 känner sig trötta på jobbet. Andra vanliga problem är spänningar i nacke och rygg (57 %), trötta ögon (55 %) och koncentrationssvårigheter (36 %). Problemen drabbar de anställda främst under höst och vinter och kvinnor lider oftare av problem.

– Det finns väl underbyggda samband mellan undermålig belysning och olika ögon- och synbesvär samt besvär i nacke och axlar, säger *Per Nylén* på *Arbetsmiljöverket*. Mäniskan är beroende av bra ljusförhållanden för att fungera bra. Många påverkas, ibland omedvetet, också mentalt och blir tröttare, mindre effektiva och nedstämda i dålig belysning.

Kopplingen mellan en god arbetsmiljö och bra belysning visar sig också tydlig i undersökningen. På de arbetsplatser där man angett att man arbetar i dålig belysning har man större problem med trötthet, ryggont och koncentrationssvårigheter och det är dessutom vanligare med sjukskrivningar och utbrändhet.

– Belysningen på en arbetsplats är många gånger förrädisk. Man får problem med stela nackar, ryggar och huvudvärk, utan att förstå att det bottenar i att man sitter dåligt på grund av undermålig belysning, kommenterar *Magnus Frantzell*, vd för *Belysningsbranschen*.

BELYSNINGEN GLÖMS BORT

I stort sett alla tillfrågade instämmer i att belysningen påverkar trivseln på jobbet (98 procent) och att den är viktig för medarbetarnas hälsa (96 procent). Samtidigt anger så många som 6 av 10 att de idag arbetar i dålig belysning. 59 procent tycker inte att belysningen på deras arbetsplats är bra och genomtänkt. Ännu färre upplever att deras individuella behov tillgodosätts när det gäller belysningen på arbetsplatsen. Belysningen just vid den egna arbets- »

Dålig belysning drabbar hela kroppen



FAKTA

DE VANLIGASTE PROBLEMEN MED BELYSNINGEN

Otrivsam belysning	37 %
Belysningen kan inte regleras	36 %
Det är för mörkt	31 %
Fula armaturer	27 %
Bländande dagsljus eller armaturer	22 %
Felriktad belysning	21 %
Ljus som blinkar/flimrar	18 %
Inte anpassad efter mina behov	17 %
Lampor i armaturer saknas/är trasiga	13 %
Det är för ljust	11 %

VAD HÄNDER OM DU ARBETAR I DÅLIG BELYSNING?

Jag blir trött	79 %
Jag arbetar mindre effektivt	67 %
Jag blir okoncentrerad	60 %
Jag blir irriterad	47 %
Jag blir nedstämd	31 %

» platsen är viktig att kunna justera för att tillgodose olika behov, men även här ser det mörkt ut. En klar majoritet (63 procent) av de yrkesarbetande har inte möjlighet att själva reglera belysningen/ljusstyrkan vid sin arbetsplats och när belysningen på olika ställen på jobbet rangordnas kommer just belysningen vid den egna platsen sist.

Trots detta är belysning ett av de mest eftersatta områdena på arbetsplatserna. Bara sju procent upplever att man satsar på belysning på arbetsplatsen och enbart på vart tionde arbetsplats har man sett över belysningen det senaste året. De flesta tillfrågade kan inte ens svara på när belysningen sågs över senast.

– Undersökningen visar att enskilda personen ofta har dålig möjlighet att själv styra över belysningen på sin arbetsplats, vilket innebär att även när problem har upptäckts kan det dröja innan de åtgärdas. Här har företagsledningen ett stort ansvar, och en möjlighet att förebygga många arbetsskador, säger Magnus Frantzell, vd för Belysningsbranschen.

SMÅ FÖRETAG INOM PRIVAT SEKTOR BÄSTA VALET

Generellt sett får arbetsmiljön och belysningen i kommun och landsting sämre betyg än den privata sektorn. 65 procent tycker *inte* att belysningen är bra och genomtänkt på arbetsplatsen (jämfört med rikssnittet på 59 procent) och 76 procent upplever inte att deras individuella behov tillgodoses när det gäller belysningen på arbetsplatsen (att jämföra med 71 procent). Istället är kostnaden den enskilt mest styrande faktorn.

Anställda inom kommun och landsting anställda drabbas i högre utsträckning än andra av trötthet, ryggont och andra fysiska problem, såväl som sjukskrivningar, utbrändhet och stress

Jämför man arbetsplatser utifrån deras storlek är det främst större arbetsplatser, med fler än 50 anställda, som har problem med arbetsmiljön. 52 procent av de anställda på

större företag anger att de har problem med sjukskrivningar (jämfört med 35 procent på mindre företag). Hela 48 procent av dem som arbetar på större arbetsplatser uppger också att deras företag har problem med utbrändhet och 86 procent att det förekommer mycket stress (att jämföra med 32 och 75 procent på de mindre arbetsplatserna). Större företag har mer problem med ohälsa än mindre, och de anställda är mindre nöjda med sin arbetsmiljö här – trots att det satsas mest på miljön i stora företag.

BRANSCHSKILLNADER

Även när det gäller olika branscher är det skillnad på hur mycket som satsas på arbetsmiljö, och hur arbetsmiljön upplevs. Bankerna är den bransch som får bäst betyg för sin arbetsmiljö, och det är här de anställda anser att det satsas mest på bra belysning.

För de som arbetar inom vården ser det dock inte lika ljust ut. Sju av tio inom vården tycker att en bra arbetsmiljö är bland de viktigaste faktorerna för ett bra jobb (vilket är högre än alla andra undersökta branscher), men fyra av tio i ger fortfarande sin arbetsmiljö underkänt (också det sämre än rikssnittet).

Också anställda på Sveriges skolor har det tufft. Här instämmer man i större utsträckning än i andra branscher i att en bra arbetsmiljö gör att man trivs bättre på sitt arbete (97 %, jämfört med rikssnitt på 87 %), ger mer energi (84 %, jämfört med 80 %) och gör arbetsgivaren mer attraktiv (77 % jämfört med 72 %).

Men fyra av tio anställda på skolorna ger sin arbetsmiljö underkänt, vilket är sämst av de undersökta branscherna. Det upplevs också i större utsträckning att belysningen på arbetsplatsen inte är bra och genomtänkt, den tillgodoser heller varken individuella behov eller är en prioriterad fråga. Anställda på skolor svarar också att de i större utsträckning att de blir trötta, irriterade

och okoncentrerade då de arbetar i dålig belysning, jämfört med övriga svaranden.

Ytterligare en av de undersökta branscherna, industrin, tampas med stora problem när det gäller belysningen. Så mycket som sex av tio industriarbetare störs av dålig belysning (jämfört med fem av tio i Sverige i snitt). Man har sämre möjlighet att påverka belysningen på arbetsplatsen än andra branscher, samtidigt som man i högst utsträckning anger att belysningen är viktig för arbetsinsatsen (71 procent jämfört helt, jämfört med 62 procent i snitt).

SLUTSATSER

Sammanfattningsvis visar undersökningen att belysningen i allra högsta grad påverkar hälsan och trivseln på arbetet. De som arbetar i dålig belysning upplever oftare olika fysiska besvär på jobbet och på arbetsplatser där de anställda störs av belysningen är det även vanligare med sjukskrivningar och utbrändhet.

– Jag tror att företagen är på väg att vakna, och inse hur mycket deras företag har att vinna på att se över sin belysning, säger Magnus Frantzell. Förutom de hälsomässiga aspekterna ska vi också komma ihåg de stora ekonomiska och miljömässiga vinster med att byta till modernare belysning. Hälften av Sveriges företag kan minska sina kostnader för belysning med mer än 70 procent och vi kan minska koldioxidutsläppen med svindlande 1,8 miljoner ton, avslutar Magnus Frantzell, vd för Belysningsbranschen. □

Om undersökningen:

Undersökningen genomfördes bland 1 801 yrkesarbetande svenskar över 20 år under hösten 2007. Datainsamlingen gjordes i form av en e-postenkät. Genom kvoturval i kategorierna ålder, kön och geografisk hemvist kan undersökningen ge en representativ bild av värderingar, attityder och beteenden hos den del av den svenska befolkningen som har tillgång till Internet.