

Jak podaje ZUS, w ub.r. łączna liczba dni absencji chorobowej z tytułu zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania wyniosła 26,1 mln. To oznacza wzrost o 9,5% w porównaniu do wcześniejszego roku. W związku z tym lekarze wystawili 1,4 mln zaświadczeń, czyli o 8,7% więcej w ujęciu rocznym. Głównie korzystano ze zwolnień lekarskich z tego tytułu w wyniku ciężkiego stresu i zaburzeń adaptacyjnych. Takich dni było 8,9 mln. W tej liczbie na mężczyzn przypadło nieco ponad 3 mln, a na kobiety – ponad 5,8 mln dni. Zdaniem ekspertów, należy spodziewać się dalszych wzrostów, a w efekcie – narastającego problemu choćby z wypaleniem zawodowym.

W 2023 roku łączna liczba dni absencji chorobowej z tytułu zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania wyniosła 26,1 mln, jak wynika z danych ZUS. To o 9,5% więcej niż w 2022 roku, kiedy było ich 23,8 mln. Zakład podaje również, że problemy ze zdrowiem psychicznym były powodem wystawienia w 2023 roku 1,4 mln zaświadczeń lekarskich, co oznacza skok o 8,7% rdr.

– Wzrost jest z pewnością niepokojący, jeśli porównamy go z danymi z Wielkiej Brytanii, USA czy Kanady, bo w wielu przypadkach zwyczajki te były nawet wyższe niż w Polsce. Istotne są oczywiście proaktywne działania zarówno pracodawców, jak i państwa w tym zakresie – mówi dr Wojciech Duranowski, ekonomista z Uniwersytetu Opolskiego. – Działania pracodawców powinny polegać na większym wsparciu psychicznym pracowników w sytuacjach kryzysowych. Jeśli chodzi o aktywność instytucjonalną, to widoczne są lata zaniedbań Polski w zakresie finansowania psychiatrii – dodaje ekspert.

Ze szczegółowych danych ZUS wynika, że jeśli chodzi o absencje związane z zaburzeniami psychicznymi oraz zaburzeniami zachowania w 2023 roku, to najwięcej dni na zwolnieniach lekarskich było spowodowanych reakcją na ciężki stres i zaburzenia adaptacyjne – 8,9 mln. W tej liczbie na mężczyzn przypadło nieco ponad 3 mln, a na kobiety – ponad 5,8 mln dni. W 2022 roku było to 7,8 mln dni – 2,6 mln dla mężczyzn oraz 5,1 mln dla kobiet.

Zdaniem ekspertów, można to połączyć z pandemią koronawirusa. *– Kiedy już oswoiiliśmy tę sytuację, wróciliśmy do spotkań i zaczęliśmy wychodzić, to okazało się, że oczywiście niektórzy poradzili sobie z tym lepiej, a innym trudniej było się oswoić z nowymi realiami – stwierdza dr hab. Sławomira Kamińska-Berezowska, socjolożka z Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach. – Ogólnie rzecz ujmując, problem zdrowia psychicznego wiąże się z wyzwaniem samotności. Na pewno spotęgowała je pandemia, która jednocześnie uruchomiła inne sprzeczności, składające się na ten problem – zaznacza ekspertka.*

Jeśli chodzi o inne przyczyny dni zwolnień lekarskich, wywołanych kwestiami zdrowia psychicznego, to w 2023 roku na epizod depresyjny przypadło ich 5,1 mln, wobec 4,7 mln rok wcześniej. Z kolei pozostałe zaburzenia lękowe odpowiadały za 4,8 mln dni, czyli więcej niż w 2022 roku, z wynikiem 4,2 mln dni. Zaburzenia depresyjne nawracające były przyczyną 2,4 mln dni zwolnień, wobec 2,2 mln – rok wcześniej.

– Zaburzenia adaptacyjne są zawsze poprzedzone kryzysem, który wywołuje u danej osoby określone objawy. Takie wyzwalające wydarzenia nie są rzadkością w cyklu życia, ale mimo to stanowią obciążenie – zwraca uwagę Michał Pajdak z platformy ePsychodzy.pl. – Powodów wzrostu liczby dni absencji należy szukać we wzroście świadomości na temat zdrowia psychicznego, w tym depresji. Ludzie są bardziej skłonni zgłaszać swoje problemy i szukać pomocy, co może prowadzić do większej liczby diagnoz. Powodem może być również niepewność w zakresie zatrudnienia – analizuje Pajdak.

Dane ZUS pokazują także, że w 2023 roku mężczyźni mieli 1,7 mln dni absencji z tytułu epizodu depresyjnego (rok wcześniej – 1,5 mln), podczas gdy kobiety odnotowały ich 3,4 mln (3,2 mln w 2022 r.). W przypadku zaburzenia depresyjnego nawracającego było to odpowiednio 0,8 mln dni zwolnień lekarskich dla mężczyzn (w 2022 roku – 0,7 mln) oraz 1,6 mln w przypadku kobiet (1,5 mln rok wcześniej).

– Liczby mówią nam o tym, że kobiety częściej zgłaszają się po pomoc. Statystyki od lat też pokazują, że u mężczyzn na przykład mamy większą ilość prób samobójczych – informuje dr Malwina Puchalska-Kamińska, psycholożka z Uniwersytetu SWPS. – Każda płeć w inny sposób reaguje na sytuację stresową. Mówi się o tym, że kobiety częściej sięgają po pomoc, wtedy kiedy jest ona dostępna i nie boją się tego. Oczywiście nie dotyczy to wszystkich. Niemniej musimy jakoś generalizować – wyjaśnia ekspertka.

Do tego Michał Pajdak zauważa, że kobiety często doświadczają innych źródeł stresów życiowych niż mężczyźni, takich jak przemoc domowa, dyskryminacja płciowa, trudności z balansem między pracą a życiem osobistym oraz obowiązków związanych z opieką nad dziećmi i innymi członkami rodziny. Te dodatkowe obciążenia mogą zwiększać ryzyko wystąpienia depresji u kobiet. To wyzwania także dla samych pracodawców.

– Niska stopa bezrobocia na pewno sprzyja osobom zatrudnianym, a nie pracodawcom. Przedsiębiorcy muszą bardziej się troszczyć o pracowników, zabiegać o nich na rynku pracy i mogą tworzyć również lepszą atmosferę, bardziej przyjazne środowisko pracy – przekonuje ekspertka z Uniwersytetu Śląskiego. – Przekłada się to po prostu na więcej pracy dobrej jakości, która wiąże się z przestrzeganiem warunków bezpieczeństwa i higieny pracy. Nie można też zapominać oczywiście o dobrych wynagrodzeniach czy premiach – podkreśla dr hab. Kamińska-Berezowska.

Porównując ogólne dane, widać, że liczba zaświadczeń lekarskich wzrosła w 2023 roku o 8,7% rdr. Z kolei liczby dni absencji chorobowych przybyło 9,5% rdr. Oznacza to, że wydłuża się średni czas choroby na osobę i wynosi już 20 dni. Dlatego jest prawdopodobne, że zwolnienia pojawiają się w tej samej grupie chorujących.

Wszystko to sprawia, że w efekcie można spodziewać się wzrostu zachorowań na tego rodzaju przypadłości. *– Czy to wojna w Ukrainie, czy nawet wybory w Stanach Zjednoczonych – to ma mniejszy lub większy wpływ na nasze nastroje. Wiele osób czuje się niepewnie, jeżeli chodzi o przyszłość – opisuje dr Malwina Puchalska-Kamińska.*

Na prawdopodobny wzrost skali zjawiska absencji pracowników, w wyniku pogorszenia zdrowia psychicznego, wskazuje także dr Wojciech Duranowski, ekonomista z Uniwersytetu Opolskiego. *– Powodów jest wiele. To dziesiątki lat zaniedbań instytucjonalnych w psychiatrii, niska świadomość pracodawców w tym zakresie, zagrożenia zewnętrzne, jak strach przed wojną, niestabilnością ekonomiczną, a nawet obawa przed zmianami klimatycznymi – wylicza ekspert.*

Jego zdaniem, bardzo istotnym elementem jest również wchodzenie na rynek pracy nowego pokolenia Z. Stawia ono jako priorytet zdrowie psychiczne i często wybiera tych pracodawców, którzy zapewnią odpowiednie wsparcie w tym zakresie. *– Rosnące absencje oczywiście negatywnie będą wpływały na gospodarkę Polski. Jednakże zmiany wymagają dużych inwestycji, nowego myślenia o istotności problemu i porządku instytucjonalnego w tym zakresie – podsumowuje dr Duranowski.*

Polacy podupadają na zdrowiu psychicznym – zwiększa się liczba zwolnień lekarskich

Kategoria: Polityka Zdrowotna

Opublikowano: wtorek, 16, kwiecień 2024 10:46

Alicja Cisowska

Odsłony: 232

Źródło: IP