

eStudie.no – Norges ledende e-læringsportal - presenterer:

---

# Sykefravær

---

Skrevet av: Kjetil Sander © Januar 2018



# 1 Innholdsfortegnelse

<b>1 Innholdsfortegnelse</b> .....	<b>2</b>
<b>2 Sykefravær</b> .....	<b>6</b>
2.1 Definisjon av sykefravær og sykenærsvær .....	6
2.2 Reguleres av arbeidsmiljøloven og folketrygdloven .....	6
2.3 Norge har ett av verdens høyeste sykefravær .....	7
2.4 Typer sykefravær .....	7
2.5 Sykefraværslende .....	7
2.6 Hvilke sykdommer skaper sykefravær? .....	8
2.7 Johns dynamiske modell for sykefravær og sykenærsvær .....	8
2.8 Årsaker til sykefravær .....	9
2.9 Meldeplikt til NAV, arbeidstilsynet og politiet.....	10
2.10 Sykefraværstatistikk .....	10
2.11 Sykefravær er ingen privatsak.....	11
2.12 Lovlige og ulovlige spørsmål til den sykmeldte .....	12
<b>3 Sykepenger</b> .....	<b>12</b>
3.1 Arbeidstakers varslings av sykefravær .....	13
3.2 Dokumentasjonskrav av sykefravær .....	14
3.3 Sykepenger .....	14
3.4 Arbeidsgiverperioden .....	15
3.4.1 Selvstendig næringsdrivende .....	15
3.5 Graderte sykepenger .....	16
3.6 Arbeidsavklaringspenger.....	17
3.7 Uføretrygd .....	17
3.8 Arbeidsgiver kan slippe å betale sykepenger.....	17
3.9 Egenmelding .....	18
3.9.1 Hvem kan bruke en egenmelding ? .....	18
3.9.2 For hvor lange sykefravær kan egenmelding brukes? .....	18
3.9.3 Karanteneperiode .....	19
3.9.4 Arbeidsgiver kan inndra rett til å bruke egenmelding.....	19
3.10 Arbeidsavklaringspenger (AAP) .....	21
3.10.1 Hvem har krav på arbeidsavklaringspenger? .....	21
3.10.2 Hva er formålet med arbeidsavklaringspenger? .....	22
3.10.3 Når kan man få arbeidsavklaringspenger?.....	22
3.11 Aktivitetsplikt .....	23
3.11.1 Hvor lenge kan du gå på arbeidsavklaringspenger? .....	23
3.11.2 Hvor mye penger kan du få i arbeidsavklaringspenger? .....	23
3.12 Uførhet .....	24
3.12.1 Hva er uførhet? .....	24
3.12.2 Hvem kan få uføretrygd?.....	25
3.12.3 Tre typer uførhet.....	26
3.12.4 Medisinsk uførhet.....	26
3.12.5 Ervervsmessig og yrkesmessig uførhet .....	27
3.13 Permisjon .....	28
3.13.1 Lønnet og ulønnet permisjon .....	28
3.13.2 Permisjongrunnlag .....	28

3.13.3	Ulike typer permisjoner.....	29
3.13.4	Velferdspermisjon (ikke lovfestet rett til permisjon).....	32
3.13.5	Kan arbeidsgiver avslå permisjonsøknad?.....	32
3.13.6	Varslingsplikt.....	32
3.13.7	Forskuttering fra arbeidsgiver.....	33
3.13.8	Inntektsopplysninger.....	33
3.13.9	Tvisteløsningsnemnda.....	34
<b>4</b>	<b>Helse og sykefravær .....</b>	<b>34</b>
4.1	Hva er god og dårlig helse? .....	35
4.2	Sense of Coherence .....	36
4.3	Faktorer som påvirker helsen.....	37
4.4	Individuelle helsedeterminanter.....	39
4.5	Psykisk helse .....	39
4.6	Fysisk helse .....	39
4.7	Sosial ulikhet i helse.....	40
4.8	Arbeid og dens påvirkning av helse .....	40
4.9	Psykososiale -og organisatoriske faktorer.....	41
<b>5</b>	<b>Årsaker til sykefravær .....</b>	<b>42</b>
5.1	Samfunnsforhold.....	42
5.1.1	Sykefraværet øker med sysselsettingsgraden .....	42
5.1.2	Sykefraværet går opp i oppgangstider (høykonjunktur) .....	43
5.1.3	Sykefraværet går opp når arbeidsledigheten synker.....	43
5.1.4	Helsevesenet påvirker sykefraværet.....	44
5.1.5	100% sykepengene skaper økt sykefravær .....	44
5.1.6	Kulturens arbeidsmoral.....	45
5.2	Individuelle forhold .....	46
5.2.1	Biologisk og genetisk arv .....	46
5.2.2	Alder.....	46
5.2.3	Kjønn.....	47
5.2.4	Funksjonshemming .....	48
5.2.5	Utdanning.....	48
5.2.6	Inntekt.....	49
5.2.7	Verdigrunnlag, personlighet og holdninger .....	50
5.2.8	Livsstil.....	51
5.2.9	Fysisk aktivitet.....	51
5.3	Fysiske, kjemiske og biologiske forhold .....	51
5.3.1	Fysiske eksponeringer i arbeidet.....	52
5.3.1.1	Generell fysiske belastning .....	52
5.3.1.2	Tungt fysisk arbeid.....	52
5.3.1.3	Repetitive bevegelser .....	53
5.3.1.4	Stående arbeid .....	53
5.3.1.5	Nakke-/ryggfleksjon .....	53
5.3.1.6	Arbeid med hendene over skulderhøyde.....	53
5.3.1.7	Støy.....	53
5.3.1.8	Lys .....	54
5.3.1.9	Arbeidstemperatur.....	54
5.3.2	Kjemiske og biologiske eksponeringer.....	55
5.4	Organisatoriske og psykososiale forhold.....	56
5.4.1	Psykososialt arbeidsmiljø .....	56
5.4.2	Lederstil .....	57

5.4.3	Høye jobbkrav.....	58
5.4.4	Kontroll over arbeidet.....	58
5.4.5	Krav-Kontroll modellen.....	59
5.4.6	Innsats-belønning modellen.....	59
5.4.7	Jobbkrav-ressursmodellen (JD-R).....	59
5.4.7.1	Jobbkrav.....	60
5.4.7.2	Jobbressurser.....	60
5.4.7.3	Motiverende og belastende prosess.....	61
5.4.7.4	Sykefravær.....	61
5.4.8	Rollekonflikter.....	62
5.4.9	Forutsigbarhet.....	62
5.4.10	Mobbing, trusler og vold.....	63
5.4.11	Sosial støtte.....	63
5.4.12	Sosialt klima.....	63
5.4.13	Lange arbeidsdager/overtidsarbeid.....	63
5.4.14	Skiftarbeid.....	63
5.4.15	Organisasjonsendringer.....	64
5.4.16	Jobbusikkerhet.....	64
5.5	Trakassering.....	64
5.5.1	Krav til trakassering.....	65
5.5.2	Totalforbud mot trakassering på arbeidsplassen.....	66
5.5.3	Alle virksomheter plikter å forbygge trakassering.....	67
5.5.4	Hvorfor oppstår trakassering og mobbing?.....	67
5.5.5	Tiltak mot trakassering og mobbing.....	68
5.5.6	Hva gjør du hvis du blir trakassert?.....	69
5.5.7	Tips for behandling av trakassering.....	69
5.5.8	Arbeidstakers rett til erstatning ved trakassering.....	70
5.5.9	Særlig om oppreisning.....	71
5.5.10	Arbeidstilsynet.....	72
<b>6</b>	<b>Lovverket ved sykefravær.....</b>	<b>72</b>
6.1	Før sykdom: Arbeidsgiveren har ansvar for forebygging og hindring av arbeidsrelatert sykdom.....	72
6.2	Innen 4 dager: Fristen for å levere egenmelding går ut.....	73
6.3	Innen 4 uker: Oppfølgingsplan.....	73
6.4	Innen 7 uker: Dialogmøte 1 med den sykemeldte.....	74
6.5	Innen 8 uker: Aktivitetsplikt.....	75
6.6	Innen 26 uker: NAV vil kalle inn til et dialogmøte 2.....	76
6.7	Arbeidsgiveren er pliktig å iverksette konkrete realistiske tiltak for den sykemeldte.....	77
6.8	1 år sykmelding.....	77
6.9	Den sykemeldte må også bidra.....	78
6.10	Et HMS ansvar.....	78
6.11	Engasjerte og motiverte medarbeidere.....	79
<b>7</b>	<b>Helse - Miljø - Sikkerhet.....</b>	<b>79</b>
7.1	Forberedelsesfasen.....	80
7.2	Informasjonsfasen.....	81
7.3	Kartleggingsfasen.....	81
7.4	Målsettingsfasen.....	81
7.5	Strategifasen.....	82
7.6	Prioriteringsfasen.....	82

7.7 Tiltaksfasen.....	82
7.8 Evalueringsfasen.....	83
<b>8 Forebyggende tiltak mot sykefravær .....</b>	<b>84</b>
8.1 Individrettede forebyggende tiltak .....	84
8.1.1 Ny livsstil .....	85
8.1.2 Fysisk trening.....	86
8.1.3 Psykisk trening.....	86
8.1.4 Opplæring og trening.....	87
8.1.5 Hjelpemidler .....	87
8.1.6 Utvidet egenmelding.....	87
8.1.7 Kollegaveiledning .....	87
8.2 Organisatorisk forebyggende tiltak.....	88
8.2.1 Re-konfigurering av organisasjonsstrukturen, organisasjonskulturen og det psykososiale arbeidsmiljøet.....	88
8.2.2 Ergometrisk tilpasning av arbeidsmiljøet .....	89
8.2.3 Medarbeidersamtaler .....	89
8.2.4 Jevnlige helse og utviklingsmøter på avdelingsnivå .....	90
8.2.5 Fokusgrupper og prosjekter .....	90
8.2.6 Lederutvikling.....	90
8.2.7 Dialogkonferanse.....	91
8.2.8 Forholdet arbeidsgiver, ansatt og lege .....	91
8.3 Bedrifthelsetjeneste.....	91
8.3.1 Hva kan bedrifthelsetjenesten bistå med? .....	93
8.3.2 Helsekontroll – for hvem? .....	94
8.3.3 Arbeidsplassbesøk .....	95
8.3.4 Fysikalsk behandling .....	96
8.3.5 Synstest og skjermbriller .....	97
8.3.6 Uførehetssaker .....	98
8.3.7 AKAN-saker .....	98
<b>9 Tilrettelegging og oppfølging av sykefravær.....</b>	<b>99</b>
9.1 Organisatoriske tiltak.....	99
9.2 Psykososiale tiltak.....	100
9.3 Fysiske tiltak.....	100
9.4 Dokumenter oppfølgingen/tilretteleggingen.....	101
9.5 Inkluderende arbeidsliv (IA) .....	101
9.5.1 Hva er inkluderende arbeidsliv? .....	101
9.5.2 Målsetning og resultat så langt.....	102
9.5.3 Tiltakspakke.....	103
9.5.4 IA bedrift.....	103
9.5.5 IA arbeidet .....	104
9.5.6 Lederskap/medarbeiderskap .....	104

## 2 Sykefravær

Når du er syk kan du enten velge å gå på jobben selv om du er syk eller du kan gå til legen for å få en sykemelding. Det første kalles sykenærvær, mens det andre kalles sykefravær.

### 2.1 Definisjon av sykefravær og sykenærvær

Når vi snakker om **sykefravær** mener vi (betydning-definisjoner.com):

**"Fravær fra lønnet arbeid på grunn av sykdom eller skade".**

**Sykenærvær** kan defineres som (Johns, 2010):

**"å gå på jobb mens du er syk"**

Sykefravær er i prinsippet en konsekvens av at en persons arbeidsevne (evne til å utføre arbeidsoppgavene) ikke er tilstrekkelig i forhold til de kravene jobben stiller (Bruusgaard og Claussen 2010).

### 2.2 Reguleres av arbeidsmiljøloven og folketrygdloven

Hvilke rettigheter en arbeidsgiver og arbeidstaker har i forbindelse med sykefravær er trukket opp i:

- **Arbeidsmiljøloven** - trekker opp lovverket rundt hvordan sykdom skal håndteres på en arbeidsplass, inkludert hvilke rettigheter og plikter arbeidsgiveren og arbeidstakeren har.
- **Folketrygdloven** - gir deg rett til å motta sykepenger i inntil 1 år, [Arbeidsavklaringspenger \(AAP\)](#) i inntil 4 år og [uføretrygd](#) ved mer enn 50% uførhet. Samt hvilke rettigheter partene har for å få denne rettigheten og arbeidsgiveren dekning av kostnadene.