

## Kortrapport for studien:

**«Arbeid som integrert del av framtidens helsetjeneste for sykelige overvektige»***Prosjektet er finansiert med FoU-midler fra NAV*

I perioden fra 2014 til 2017 har Muritunet gjennomført en randomisert kontrollert studie der formålet har vært å undersøke hvorvidt det å tilføre en arbeidsintervensjon i et allerede eksisterende livsstilstilbud ved Muritunet, vil bidra til endring i arbeidsdeltakelsen ut over den endring livsstilstilbudet medfører. Delmål i studien har vært å se om det er forskjeller mellom intervensjonsgruppene i opplevd helse, arbeidsevne, livskvalitet, kosthold og mestringstro i forhold til arbeid. I tillegg å se på hvilke helserelevante og sosiale forhold som kan bidra til å øke arbeidsevnen.

140 deltakere ble randomisert til de to livsstilsintervensjon med arbeidsintervensjon (intervensjon A) og uten arbeidsintervensjon (intervensjon B). 99 stk. fullførte studien og danner datagrunnlaget for denne rapporten. Kvantitativ datainnsamling har foregått på Muritunet gjennom egenrapporterte skjema, fysiske tester og kliniske undersøkelser. Data brukt i studien er målt ved baseline og ved 12 måneder. Kvalitativ datainnsamling er gjennomført av NK-ARR ved intervju gjennomført på 20 deltagerne. Intervjuene ble gjennomført ved Muritunet eller via telefon ved baseline, 6 og 12 måneder.

De viktigste funnene i denne studien er at det er liten forskjell mellom intervensjon A og B i arbeidsdeltagelse fra oppstart til avslutning av tiltaket. Deltakerne har derimot holdt en stabil arbeidsdeltagelse gjennom tiltaksperioden. Videre viser resultatene at deltakerne i intervensjon A har større tro på egen evne på å møte jobbkraav enn de i intervensjon B, og intervensjon A har større vektning og større økning i VO<sub>2</sub>peak enn intervensjon B. Alle resultatene med en signifikant forskjell i endring mellom intervensjonene. Deltakerne i intervensjon A har vurdert egen arbeidsevne som bedre ved 12 måneder enn ved baseline, men ikke signifikant forskjellig fra intervensjon B. Begge gruppene har økt subjektiv funksjon, helsetilstand og livskvalitet, en statistisk signifikant endring innad i intervensjonene. Forskjellen mellom intervensjon A og B skyldes mest trolig det ekstra fokuset deltakerne fikk via arbeidsintervensjonen. Videre studier bør vurderes for å underbygge disse funnene.

Resultatene i fra en kvalitative delstudien identifiserte tre temaer på hva som hemmer og fremmer arbeidsdeltagelse hos deltakerne. Forhold som hemmer handler om manglende anerkjennelse, helse som hindring, og det å føle seg annerledes. Forhold som fremmer handler om anerkjennelse, erfaringer med at livskvaliteten forbedres, og at kunnskap og mestring bevisstgjør og gir selvtillit. Kunnskapen som deltakerne har tilegnet seg i løpet av tiltaksperioden er helsefremmende mestringsressurser. Spørsmålet er om mestringsressursene er internaliserte, eller ytre styrt. Et ubesvart spørsmål som i fremtiden fortjener nærmere fokus i videre studier.

Kunnskapsbidraget fra denne studien er at arbeidsintervensjon bør være et fast element i fremtidig livsstilsbehandling av sykelig overvektige. Arbeidsfokuset bør tydeliggjøres, gjerne allerede ved innsøking til livsstilsbehandling.