

5. Kravspecifikation - Tjänster

5.2 Proaktiva tjänster

5.2.1 Hälsö- och friskvårdstjänster

5.2.1.1 Hälsotest (individ och grupp)

Tjänsten utförs av företagssköterska på ClaraHälsans mottagning eller hos kund.

Syftet med undersökningen är att ge individen insikt och fånga upp tecken på ohälsa i tid och medverka till förändringsbeteende när så fordras.

Vid besöket tas blodtryck, blodprov för att mäta blodsocker och Hb-värde, puls, BMI, midjemått, skelettmätning och konditionstest. Ett motiverande hälsosamtal utifrån en besvarad enkät med frågor kring livsstil, stress, arbetsmiljö, sömn och upplevelsen av egen hälsa genomförs. Resultaten av undersökningen återges individen.

Med undersökning och hälsosamtal som grund görs en handlingsplan för individen. Uppföljning av handlingsplan sker inom 3 månader hos företagssköterska. Vid behov av vidare åtgärder planeras detta i samråd med individen och ansvarig chef.

Tjänsten kan utföras för enskilda individer eller för grupp. Resultatet för grupp sammanställs och presenteras för beställande chef. Vi återkopplingen ges förslag på åtgärder i syfte att främja hälsa för hela gruppen och handlingsplan tas fram för de områden som innebär risk för framtida ohälsa. Åtgärder kan vara utbildning och /eller initiering av friskvårdsaktiviteter för gruppen.

5.2.1.2 Rådgivning livsstil (individ)

Tjänsten kan utföras på ClaraHälsans mottagning eller hos kund.

Syftet är att ge individen råd och stöd i ett förändringsarbete som leder till bättre hälsa samt förebygga ohälsa.

Individen erbjuds tid hos företagssköterska eller hos annan kompetens som matchar individens behov. Vid ett hälsosamtal görs en kartläggning/nulägesanalys där faktorer som påverkar livsstilen diskuteras. Områden som berörs är kost, motion, alkohol, droger, spel, tobak, stress och sömn. En handlingsplan tas fram utifrån framkomna resultat. Individen kan erbjudas stöd inom samtliga efterfrågade områden där vi bl a kan erbjuda specialistkompetens inom sömn, alkohol, spel och droger. Vi kan även erbjuda träningsråd.

Uppföljning sker efter överenskommelse med beställande chef/individ.

5.2.1.3 Hälsöfrämjande rådgivning (organisation)

Tjänsten kan utföras i ClaraHälsans lokaler eller hos kund.

Syftet är att: - ge organisationen stöd i arbetet att förbättra hälsan på arbetsplatsen och minska behovet av reaktiva insatser - hitta faktorer som bidrar till hälsofrämjande utveckling i organisationen



CLARAHÄLSAN

- utveckla system och rutiner för en hälsosam organisation - undersöka arbetsmiljöförhållanden för att främja hälsa i arbetslivet

Tjänsten utförs av organisationskonsult eller företagssköterska med hälsopedagogisk kompetens.

Tjänsten planeras tillsammans med kunden. Vi samlar in information och fakta för att göra en nulägesanalys. Därefter har vi diskussioner i olika grupper/forum för att ta fram mål för det hälsofrämjande arbetet. Förslag på åtgärder i form av ex. nya/förbättrade rutiner, utbildningar, föreläsningar, hälsofrämjande aktiviteter, ex. kost- och motionstävlingar presenteras för organisationen. ClaraHälsan kan erbjuda stöd, utbildning och rådgivning vid t ex implementering av nya system och rutiner.

Åtterrapporering och uppföljning mot gemensamt formulerade mål sker efter överenskommelse med beställare.

5.2.2 Förebyggande tjänster

5.2.2.1 Förebyggande besök (individ)

Tjänsten utförs på ClaraHälsan eller i kundens lokaler beroende på utredningens art. Individen erbjuds tid till relevant kompetens efter godkännande av chef.

Tjänsten kan omfatta besök hos företagsläkare, företagssköterska, alkohol- och drogterapeut, hälsopedagog, ergonom, beteendevetare, leg. psykolog eller fysioterapeut. ClaraHälsan kan också erbjuda besök hos psykiater och ortoped. Relevant provtagning och tester utförs.

Vid utredning av arbetsrelaterade besvär använder vi, när så fordras, flera kompetenser som samverkar i bedömningen.

Vid behov sker kostnadsfri remittering för individen till specialist inom primärvård, slutenvård, remiss för röntgendiagnostik eller annan vårdinstans.

Dokumentation görs i anställds journal.

Återkoppling ges till ansvarig chef/arbetsgivare och om så behövs, förslag på rehabiliterande insatser.

5.2.2.2 Förebyggande samtalsstöd (individ)

Tjänstens syfte är att fånga upp tidiga signaler på begynnande ohälsa. Tjänsten utförs i samråd antingen på ClaraHälsan eller hos kund.

Med inledande samtal definieras problembild och orsak, ex

- arbetets organisation,
- ledarskap,
- kompetens,
- individuella förutsättningar,
- förändringar under arbetets gång,



CLARA HÄLSAN

- arbetsmetoder och arbetsmaterial,
- interna processer,
- eller något helt annat.

Efter detta görs en handlingsplan med vederbörande och chef. Efter genomförd åtgärdsplan sker uppföljning - blev resultatet som önskat, eller behövs fler/andra åtgärder.

Tjänsten utföres av beteendevetare, leg. psykolog eller annan kompetens som bedöms lämplig i samband med uppdragsbeställning. Samtalsstöd med KBT-inriktning kan erbjudas.

Vid behov sker kostnadsfri remittering för individen till specialist inom primärvård, slutenvård eller annan vårdinstans.

5.2.2.3 Chefsstöd (individ och grupp)

Tjänsten kan utföras av leg. psykolog, beteendevetare, organisationskonsult, arbetsmiljöingenjör eller annan adekvat kompetens.

Vid kontakt med chef lyssnar vi in bakgrunden till problemet och bokar in möte för fortsatt diskussion.

Vi föreslår ett upplägg där vi exempelvis kartlägger den psykosociala arbetsmiljön antingen genom intervjuer individuellt eller mindre grupper, alternativt enkät.

Kartläggning syftar till att ta reda på villkor och förutsättningar för arbetet som:

- Ledning och styrning
- Kommunikation
- Delaktighet, handlingsutrymme
- Fördelning av arbetsuppgifter
- Krav, resurser och ansvar
- Vilka mål ska uppnås
- Finns konflikter, föreligger kränkande särbehandling /mobbing på arbetsplatsen

Diskussion kring hur de krav som finns i arbetet hanteras, och vilka resurser finns att tillgå; - Resurser kan vara arbetsmetoder, hjälpmedel, kompetens och bemanning, rimliga och tydliga mål, återkoppling på arbetsinsats, möjligheter till kontroll i arbetet, socialt stöd från chefer och kollegor, konflikter, förekomst av kränkande särbehandling och möjligheter till återhämtning.

Handlingsplan tas fram och implementeras i arbetsgruppen i samverkan med chef.

Finns behov av individuella åtgärder /rehabilitering kompletteras insatser med dessa samt ev om insatser behövs på gruppnivå. Viktigt att ha fokus på att upptäcka om kränkande särbehandling /konflikter förekommer så att detta kan utredas och ev åtgärdas. Förekomst av detta tar energi och detta påverkar arbetsgruppens /individens resultat.

Uppföljning: Har vi nått fram till vår målsättning, blev resultatet som vi tänkt, behövs andra åtgärder?



CLARAHÄLSAN

5.2.3 Arbetsmiljötjänster

5.2.3.1 Systematiskt arbetsmiljöarbete (SAM)

Arbetsmiljöpolicyn bör visa arbetsgivarens övergripande målsättning, viljeinriktning och medel för det långsiktiga arbetet med verksamhetens arbetsmiljö. Arbetsmiljöpolicyn ska vara vägledande för allt arbetsmiljöarbete. ClaraHälsan kan vara behjälplig med att ta fram eller revidera en redan befintlig policy.

Systematiskt arbetsmiljöarbete, SAM, innebär att:

- Ingen ska behöva bli sjuk eller komma till skada på grund av sitt arbete
- Uppnå en bra och trygg arbetsmiljö på arbetsplatsen.

Strävan är att arbetsmiljön ska ge ett positivt utbyte i form av ett rikt arbetsinnehåll, arbetstillfredsställelse, gemenskap och personlig utveckling. Beskrivning av detta finns i Arbetsmiljölagen (AML) och i de föreskrifter som reglerar arbetsmiljön som ett komplement, exv SAM (2001:1), OSA (2015:4), Belastningsergonomi (2012:2), arbetsplatsens utformning (2009:2) m.fl. Utförare är arbetsmiljöingenjör, organisationskonsult, ergonom, företagsläkare eller annan relevant kompetens. Tjänsten planeras tillsammans med kund och anpassas efter kundens önskemål. Utgångspunkten är kundens kunskaper om sin egen arbetsmiljö.

Varje aktivitet i arbetet, varje förmedlad attityd på arbetsplatsen och alla intryck från arbetsdagen kan påverka vår hälsa. Med hjälp av ett systematiskt arbetsmiljöarbete kan verksamheten organiseras så att många orsaker till ohälsa förebyggs och att en god hälsa främjas. För att klara det behöver arbetsmiljöarbetet vara en del av det dagliga arbetet och inte hanteras separat.

Ett systematiskt arbetsmiljöarbete ger möjlighet att upptäcka risker innan något hänt, till skillnad mot att enbart genomföra åtgärder efter en sjukdom, ett tillbud eller en olycka. Genom att bedriva ett systematiskt arbetsmiljöarbete kan man på arbetsplatsen • Upptäcka risker i arbetet och åtgärda dem i tid • Förebygga olycksfall, sjukdom, stress och andra negativa följder av arbetet • Skapa goda arbetsförhållanden, vilka kan minska sjukskrivningarna • Öka trivsel och engagemang i arbetet • Få färre störningsmoment och uppnå en förbättrad kvalitet • Skapa större ordning och reda.

Dessutom bidrar arbetsmiljöarbetet till en bra ekonomi, ett gott anseende för organisationen och att det blir lättare att behålla och rekrytera personal.

Arbetet bedrivs enligt principen

- Undersökning av den fysiska, psykologiska- och sociala arbetsmiljön
- Riskbedömning av ovanstående
- Åtgärder
- Uppföljning

Exempel på undersökningsmetoder:

- Skyddsronder eller arbetsmiljöronder
- Riktade skyddsronder eller arbetsmiljöronder
- Lyft arbetsmiljö vid personalmöten
- Lyft arbetsmiljö vid medarbetarsamtal



CLARAHÄLSAN

- Mätningar
- Medicinska kontroller
- Intervjuer eller skriftliga enkäter

Kvinnor och män arbetar ofta under olika villkor och har olika förutsättningar för arbetet, vilket är bra att synliggöra vid undersökningar av arbetsmiljön eftersom det kan finnas behov av olika åtgärder för kvinnliga och manliga arbetstagare.

ClaraHälsan kan vara behjälplig i alla beskrivna processer ovan samt åtgärder.

5.2.4 Ergonomitjänster

5.2.4.1 Ergonomisk genomgång av arbetsplats (individ)

Tjänsten erbjuds genom besök av ergonom på individs arbetsplats.

Tjänsten planeras tillsammans med arbetsgivaren och individ. Bedömning av arbetsplatsen görs ur ergonomisk synvinkel och efter de förutsättningar som råder för organisation, individ och arbetsplats. Genomgång av arbetsplatsen tillsammans med individen. Ev kan checklista anpassad efter den arbetsplats och det arbete som utförs användas. Bedömning- information, stöd och rådgivning ges. Individen ges råd om t ex bättre/förändrad arbetsteknik, användandet av hjälpmedel, mikropaus och motiverande träning. Rapport med ev förslag på förebyggande åtgärder lämnas till beställaren av tjänsten. Ergonom medverkar vid behov av anskaffning av arbetshjälpmedel eller ny utrustning. Resultatet av bedömningen och vidtagna åtgärder bidrar till en väl fungerande arbetsplats utifrån individens förutsättningar. Dokumentation sker i patientjournal.

Skriftlig rapport till chef och medarbetare med ergonomiska rekommendationer.

5.2.4.2 Ergonomisk genomgång av arbetsplatser (grupp)

Tjänsten utförs av ergonom i kundens lokaler.

Tjänsten planeras och formuleras tillsammans med arbetsgivaren/ansvarig och anpassas efter arbetsplatsens förutsättningar. Tjänsten innehåller undersökning av arbetsteknik, ev hjälpmedel, utrustning samt arbetsorganisation och kan läggas upp som en ergonomirond eller work shop. Resultatet bidrar till mindre risk för arbetsskador.

Metodik: Planering tillsammans med berörda - tid, plats och omfattning. Genomgång av aktuella arbetsplatser med bedömning av arbetsteknik, belysning, utrustning och arbetsorganisation. Ev mätningar görs och anpassade frågeformulär eller checklistor fylls i. Riskbedömning av belastningsergonomin görs utifrån arbetsmiljöns utformning t ex arbete vid bildskärm enligt Arbetsmiljöverkets checklista.

Framkomna resultat analyseras och en skriftlig rapport med åtgärdsförslag presenteras för beställaren.

Stöd vid genomförandet av åtgärder ges till organisation, grupp och/eller individ. Dokumentation sker i företagsjournal.



CLARAHÄLSAN

5.2.4.3 Ergonomisk genomgång (organisation)

Tjänsten utförs av ergonom och/eller arbetsmiljöingenjör i kundens lokaler om inte annat överenskommes.

Tillsammans med utsedda i organisationen planeras och formuleras uppdraget utifrån förutsättningar. En bedömning görs utifrån givna/framkomna förutsättningar ur ergonomisk synvinkel. Arbetsteknik, hjälpmedel, utrustning och arbetsorganisation undersöks och bedöms vid genomgång av aktuella arbetsplatser/miljöer. Anpassade checklistor eller enkäter/intervjuer används vid behov som bedömningsunderlag. Rapport med analys/bedömning och åtgärdsförslag lämnas. Stöd vid genomförandet av åtgärder och vid uppföljning ges.

Metodik: Planering och formulering av uppdraget med företrädare för organisationen. Genomförandet av beslutade åtgärder/undersökningar i syfte att minska risken för arbetsskador på arbetsplatsen.

Bedömning/analys görs av framkomna resultat och arbetet och arbetsplatsens förutsättningar. Skriftlig rapport med förslag på åtgärder lämnas. Stöd vid genomförandet erbjuds. Uppföljning görs utifrån framkomna resultat och sätta mål.

5.2.5 Hälsovårdstjänster

5.2.5.1 Liten hälsoundersökning

Tjänsten utförs på ClaraHälsans mottagning eller ute hos kund enligt överenskommelse. Utförare är företagssköterska och vid behov företagsläkare eller annan adekvat kompetens.

Syftet är att fånga upp tecken på ohälsa i tid och genom åtgärder förebygga framtida ohälsa och sjukskrivning.

Hälsoundersökning med provtagning planeras med arbetsgivaren. Tid bokas för individbesök. Undersökningen genomförs enligt ställda krav på innehåll. Resultatet återges till individ med förslag på åtgärder eller vidare utredning.

Metod: Planering tillsammans med kund. Enkät med frågor om hälsotillstånd. Provtagning (blodvärde, blodsocker, blodfetter), kontroll av äggvita, blodtryck, längd och vikt, midjemått och beräkning av BMI. Återkoppling till individ och förslag på åtgärd. Vid behov kostnadsfri remittering till specialist inom primärvård eller lämplig vårdinstans. Uppföljande läkarbesök eller brevsvår ingår vid avvikelser.

5.2.5.2 Stor hälsoundersökning

Tjänsten utförs på ClaraHälsans mottagning om inget annat överenskommes. Tjänsten utförs av företagssköterska och vid behov av företagsläkare eller annan adekvat kompetens.

Syftet är att ge individen kunskap om hans/hennes medicinska hälsotillstånd relaterat till arbets- och livssituation.



CLARAHÄLSAN

Kundnytta: Förebygga ohälsa och minska risk för sjukskrivning.

Metod: Undersökningen planeras tillsammans med arbetsgivaren och tid bokas med individen. Ett anpassat frågeformulär används med frågor om livsstil, hälsotillstånd och arbetsmiljö. Provtagning av de i undersökningen ingående proverna utföres (blodsocker, blodfetter, kalcium, njur- och leverprover), kontroll av äggvita, blodtryck, längd-vikt-kontroll, syn-och hörseltest samt konditionstest.

Återkoppling till individ med rekommendationer om åtgärder. Möjlighet finns även att ge en återkoppling till arbetsgivaren på gruppnivå gällande arbetsmiljöfaktorer, livsstil och hälsoläge.

Vid behov kostnadsfri remittering till specialist inom primärvården eller annan vårdinstans. Vid provavvikelser ingår brevsvaret eller ett uppföljande läkarbesök med klinisk undersökning kan därefter bli aktuell.

5.2.5.3 Valfri hälsoundersökning

Tjänsten utföres på ClaraHälsans mottagning och/eller i kundens lokaler. Tjänsten utföres av företagssköterska och vid behov av företagsläkare eller annan adekvat kompetens.

Syftet är att ge individen kunskap om medicinskt hälsotillstånd i arbets- och livssituationen.

Kundnytta: Förebygga ohälsa och minska risken för sjukskrivning.

Tjänsten planeras med arbetsgivaren. Innehåll fastställs utifrån aktuellt behov/önskemål företagshälsovården kan vara rådgivande.

Metod: Tjänsten planeras och tid bokas för individ. De ingående aktiviteterna genomföres t ex enkät (livsstil, hälsoläge, Audit och arbetsmiljöfaktorer), provtagning (relevant provtagning utifrån aktuella frågeställningar) t ex konditionstest, funktionsbedömning, syn-/hörseltest, spirometri, vaccinationer, blodprov (blodstatus, blodfetter, blodsocker, alkoholmarkörer, leverprover m. m).

Resultaten återföres till individ och vid behov sker remittering till primärvård eller annan vårdinstans, uppföljande läkarbesök med klinisk undersökning.

5.2.5.4 Hälsoundersökning medicinska kontroller

Tjänsten kan utföras på ClaraHälsans mottagning eller i kundens lokaler. Tjänsten utföres av företagsläkare med behörighet samt företagssköterska. Tjänsten innebär inga kostnader för arbetstagaren.

Syfte: Erbjudas undersökning och utfärdande av tjänstbarhetsintyg för anställda med arbete som innefattas av Arbetsmiljöverkets föreskrifter och/eller andra förordningar och därmed förebygga risk för ohälsa relaterat till arbetet.

Kundnytta: Uppfylla kraven i angivna föreskrifter.

Metod: Planering av aktuella undersökningar tillsammans med kund.



CLARAHÄLSAN

ClaraHälsan är behjälplig med att identifiera arbetstagare som omfattas av föreskrifterna om så önskas. Samtliga efterfrågade undersökningar kan erbjudas enligt AFS:2005:6 (from 1/11-2019 AFS 2019:3) och/eller andra förordningar. Körkortssintyg och förlängning av detsamma enligt gällande föreskrift kan utfärdas, liksom intyg för spårbunden trafik och intyg för sjöfolk.

Tid bokas för individer som skall undersökas. Undersökningarna genomförs enligt regelverkets specifikation t ex frågeformulär, spirometri, röntgen, arbets-EKG, hörselundersökning och blodprovstagning.

Vid avvikelser remiss till nödvändig specialist eller till Arbets- och Miljömedicinsk klinik.

Dokumentation sker i patientjournal.

Rapport och sammanställning över utförda undersökningar lämnas till beställaren. Tjänstbarhetsintyg lämnas efter utförd och godkänd undersökning.

Risker i arbetsmiljön, som upptäcks i samband med undersökningarna rapporteras till ansvarig. Vi ger råd till individ och förbättringsförslag till organisationen. Vi bevakar löpande nya föreskrifter och medverkar till att återkommande undersökningar utförs.

5.2.6 Vaccinationstjänster

5.2.6.1 Vaccination – influensa och andra epidemiska sjukdomar

Tjänsten kan erbjudas på ClaraHälsans mottagning och/eller i kundens lokaler.

Tjänsten utförs av företagssköterska i enlighet med HSLF-FS (2017:37).

Vid vaccination i kundens lokaler finns läkarkompetens och utrustning för akut omhändertagande att tillgå.

Syfte/Kundnytta: förebygga sjukdom och därmed minskad sjukfrånvaro.

Vaccination planeras tillsammans med kunden.

Metod: Tid bokas. Bedömning sker utifrån anamnes, överkänslighet och tidigare vaccinationer. Råd ges om ev biverkningar eller annan fakta om vaccinet. Ordination av lämpligt vaccin görs. Vaccination utförs enligt Socialstyrelsen rek. och gällande medicinska rutiner.

Dokumentation görs i den anställdes patientjournal samt i det nationella vaccinationsregistret Swevac.

5.2.6.2 Vaccination vid smittexponering i tjänsten

Tjänsten utförs i ClaraHälsans lokaler eller hos kund efter överenskommelse.

Tjänsten utförs av företagssköterska i enlighet med HSLF-FS (2017:37).

Syftet är att förebygga sjukdom och därmed minska sjukfrånvaron.



CLARAHÄLSAN

Vid vaccination i kundens lokaler finns läkarkompetens och utrustning för akuta åtgärder att tillgå.

Tjänsten planeras efter beställning från kund.

Underlag för vaccination fylls i av den anställde - anamnes, tidigare vaccinationer, ev. allergi eller övrigt som påverkar bedömning av vaccin och lämpligheten att detta görs.

Lämpligt vaccin ordineras av läkare. Allmänna råd och information om vaccination och ev. biverkningar ges.

Ordinerat vaccin ges och dokumentation sker i patientjournal samt i det nationella vaccinationsregistret - Swevac.

Tid bokas för ev kompletterande doser för fullgott skydd.

Samtliga efterfrågade vaccin kan tillhandahållas, recept vid behov av malariaprofylax utfärdas och råd inför resan ges.

5.2.7 Utbildningar och seminarier

5.2.7.1 Utbildningar och seminarier inom arbetsmiljö- och hälsoområdet

Utbildningar och seminarier kan erbjudas på ClaraHälsan eller i kundens lokaler.

Tjänster utförs av adekvat kompetens t ex arbetsmiljöingenjör, organisationskonsult, beteendevetare, psykolog, företagssköterska och/eller ergonom.

ClaraHälsan erbjuder ett stort antal utbildningar inom området - vi arbetar kundnära och anpassar våra utbildningar till kundens önskemål och behov.

Syfte: Ge gruppen kunskap inom arbetsmiljöområdet för att förebygga ohälsa och olycksfall. Tjänsten planeras och formuleras med kund.

Metod: Teori, praktiska övningar, handledning, case, grupparbeten, diskussion, enskilda uppgifter och dokumentation. Efter genomförd utbildning utvärderas denna och återkoppling till beställare sker enligt överenskommelse. Ev intyg utfärdas.

Vi erbjuder utbildningar och seminarier om livsstil, kost, motion, stress och sömn. Vi har fördjupad kompetens inom bl.a. alkohol- och droger, sömn och rökavvänjning. Vissa utbildningar kan riktas mot chefer, ex alkohol- och droger.

Vi har utbildningar och seminarier om hälsofrämjande ledarskap, organisationsutveckling och förändringsarbete samt dess betydelse för arbetsmiljön.

Vi erbjuder flera utbildningar och seminarier om den fysiska, sociala och organisatoriska arbetsmiljön och utbildar inom SAM, systematiska arbetsmiljöarbetet, kopplat till verksamhetens olika policydokument. Vi erbjuder BAM-utbildningar (bättre arbetsmiljö) och utgår från Prevents material där teori varvas med praktik/case kopplat till verksamheten.

Vi erbjuder utbildningar inom HLR - förstahjälpen och D-HLR.



CLARAHÄLSAN

Andra exempel är utbildning i förflyttningsteknik och workshops inom området kontorsergonomi. Även utbildning av skyddsombud i fysisk arbetsmiljö. Utbildning inom Hot och våld och risker som kan medföra kriser. Utbildningar kopplade till regelverket om Lagstiftade undersökningar t ex Arbete med härdplaster.

5.3 Reaktiva tjänster

5.3.1 Stöd och rådgivning

5.3.1.1 Konflikthantering (individ och grupp)

Tjänsten utförs främst av beteendevetare alternativt leg. psykolog eller annan med lämplig utbildning/kompetens. Helst bör hanteringen ske på ClaraHälsans mottagning för att stimulera ett avspänt klimat och förhållningssätt. Vid speciella omständigheter kan även samtalen hållas på annan plats.

Metodik: Kartläggning genom samtal med berörda samt chef, såvida denne inte är involverad i konflikten (i så fall högre chef alt HR) för att få en bild av vilken typ av konflikt det handlar om.

Utifrån kartläggning görs handlingsplan för fortsatt hantering som involverar arbetsgivaren. Förslag på åtgärder kan vara stöd till individ, stöd till hela gruppen, handledning, utbildning eller arbetslagsutveckling.

Efter genomförd aktivitet sker utvärdering och därefter uppföljning.

5.3.1.2 Krishantering (individ och grupp)

Tjänsten kan utföras på ClaraHälsan eller i kundens lokaler. Tjänsten utförs av leg. psykolog, beteendevetare eller annan adekvat kompetens.

Syfte: Ge individen/arbetsgruppen stöd i uppkommen krissituation och därmed förebygga ohälsa.

Inledande samtal med beställaren för att definiera problembilden, en skriftlig bedömning presenteras samt förslag till åtgärder.

Tjänsten planeras med avropsansvarig och krishantering kan ske både till individ och till grupp beroende på situationens art.

Vid krishantering till individ erbjuds tid för samtal. Samtalet kan vara av debriefing, avlastning och/eller stöttande karaktär. Antalet samtal avgörs i samråd med beställaren med hänsyn till utfall från insatsen. Uppföljning sker alltid efter en tid för att säkerställa att posttraumatisk stress inte föreligger.

Krishantering kan även ges till grupp, ex i samband med hot och våld. Gruppsamtal kan vara av debriefing, avlastning och/eller stöttande karaktär.



CLARAHÄLSAN

Återkoppling till avropsberättigad med förslag på åtgärder och handlingsplan. Åtgärder för gruppen kan vara utbildning kring Hot och våld. Bedömning av olika individers mående i gruppen vid kriser beaktas och ev individstöd sätts in.

5.3.1.3 Stresshantering (individ)

Tjänsten kan utföras på ClaraHälsan eller hos kund. Tjänsten utförs av leg. psykolog, beteendevetare eller annan adekvat kompetens.

Syfte: Ge stöd till individ vid arbetsrelaterad stress och förebygga ohälsa.

Inleds ofta med ett kartläggande samtal för att utreda och definiera problembilden. Kartläggningen kan kompletteras med evidensbaserade enkäter/instrument för en nulägesanalys ur flera perspektiv. Beslut om åtgärder efter analys av framkomna fakta sker i samråd med anställd och chef. Åtgärd kan vara enskilda samtal med KBT inriktning, deltagande i stresshanteringsgrupp eller hjälp att hitta andra metoder för stresshantering där samtal kombineras med avspänning, exempelvis Mindfulness, Yoga eller Basal kroppskänedom.

Avstämning och uppföljning enligt överenskommelse med arbetsgivare.

5.3.1.4 Utredning kränkande särbehandling (individ och grupp)

När någon känner sig utsatt för kränkande särbehandling ska det finnas rutiner för vem man anmäler till och hur utredning sker. Vem utreder - internt eller extern konsult? När uppgift om kränkande särbehandling kommit till arbetsgivarens kännedom ska utredning startas omgående.

Utredning via ClaraHälsan sker enligt mall:

- Kartläggningssamtal med den utsatta personen, samtal med chef samt ev den utpekade. Det kan även bli aktuellt med samtal med eventuella vittnen till händelser.
- Utredning för att klarlägga omständigheter för den beskrivna handlingen. Föreligger det en systematik, är chef involverad eller är det på kollegial, gruppnivå eller annat?
- Finns omständigheter i arbetsmiljön som ger grund för att mobbning förekommer; hög arbetsbelastning, förändringar i verksamhet mm?
- Arbetsgivare involveras, ev facklig företrädare och skyddsombud.
- Rapport skrivs med förslag på åtgärder, och delges uppdragsgivare samt vanligtvis till anmälare. • Stöd ges till utsatt samt ledning.
- Uppföljning med erfarenhetsutbyte.

5.3.2 Rehabiliterande tjänster

5.3.2.1 Rehabiliterande besök (individ)

Tjänsten genomförs som regel på ClaraHälsans mottagning, men kan ske i kundens lokal enligt överenskommelse. Tjänsten utförs av relevant kompetens som företagsläkare, företagssköterska,



CLARAHÄLSAN

beteendevetare, leg. psykolog, leg. fysioterapeut, alkohol och drogterapeut, ergonom eller hälsopedagog.

Syfte: Ge individen möjlighet till rehabilitering vid arbetsrelaterad ohälsa.

ClaraHälsan erbjuder hög service och tillgänglighet till rätt kompetens beroende på problematik. Resultatet blir snabbt insatta åtgärder vid sviktande arbetsförmåga vilket kan förhindra eller förkorta sjukskrivningsperiod.

Undersökning/utredning/kartläggning sker, provtagning och ev kompletterande tester eller undersökningar utförs. Vid behov remittering till t ex röntgen. Återkoppling av resultat till individen och åtgärdsförslag. Dokumentation i patientjournal. Åtgärder kan vara medicinsk behandling, behandling vid beroendeproblematik, träningsprogram, stöd vid livsstilsförändringar, samtal och stöd vid arbetsanpassning. Återkoppling enligt överenskommelse med beställare av uppdraget om vidare insatser rekommenderas.

Vid behov av vidare utredning som inte ryms inom företagshälsovårdens uppdrag sker kostnadsfri remittering till specialist inom primärvård eller annan vårdinstans.

5.3.2.2 Rehabiliterande samtalsstöd (individ)

Tjänsten kan erbjudas på ClaraHälsan eller i kundens lokaler. Tjänsten utförs av beteendevetare, leg. psykolog eller annan relevant kompetens.

Syfte: Underlätta/stödja individen i rehabiliteringsarbetet.

Individen erbjuds tid för samtal. Detta sker i samråd med ansvarig chef/HR som är delaktig i rehabiliteringsinsatsen. Kartläggning av problematiken sker genom samtal och ev bedömningsverktyg. Resultatet bedöms och återförs till individen och i samråd med individen återkopplas kartläggningen till arbetsgivaren.

En handlingsplan och åtgärdsplan upprättas tillsammans med arbetsgivaren. Behandling kan erbjudas med önskad inriktning t ex kognitiv beteendeterapi. Vid drogproblematik erbjuds tid till specialist för kartläggande samtal och eventuella behandlingsinsatser i samråd med arbetsgivaren. Dokumentation sker i patientjournal. Avstämning och uppföljning sker enligt överenskommelse med kunden.

Vid behov av vidare utredning som inte ryms inom företagshälsovårdens uppdrag sker kostnadsfri remittering till specialist inom primärvård eller annan vårdinstans.

5.3.2.3 Arbetsanpassning och rehabilitering (individ och organisation)

Tjänsten kan utföras på ClaraHälsan eller efter samråd i kundens lokaler.

Tjänsten utförs av lämplig kompetens men innefattar minst företagsläkare, företagssköterska, leg. psykolog, fysioterapeut och rehabiliteringskoordinator.

Syfte: Ge stöd och underlag för planering och genomförande av rehabiliteringsarbete.



CLARAHÄLSAN

Tjänsten planeras och formuleras med arbetsgivaren. Utsedd person på ClaraHälsan fungerar som samordnare av insatser i syfte att få en effektiv och väl fungerande rehabiliteringsprocess.

Vi erbjuder stöd till medarbetare och arbetsgivare.

Vi erbjuder ett första bedömningsbesök hos efterfrågade kompetenser.

Vi gör en samlad bedömning/analys och utifrån framkomna resultat ger vi stöd vid framtagande av rehabiliteringsplan. Återkoppling och dokumentation sker enligt överenskommelse till kunden.

Vid behov sker kostnadsfri remittering till primärvård, röntgendiagnostik eller annan vårdinstans.

5.3.2.4 Arbetsförmågebedömning (individ och organisation)

Tjänsten kan utföras på ClaraHälsan eller efter samråd i kundens lokaler.

Tjänsten utförs av adekvat kompetens - företagsläkare, företagssköterska, psykolog, rehabiliteringskoordinator och fysioterapeut utifrån problemställning. Vid behov även kostnadsfri remittering till nödvändig specialist inom öppen- eller slutenvård samt remiss för röntgendiagnostik.

Syfte: Utredda arbetsförmågan och ge individ och arbetsgivaren stöd i rehabiliteringsarbetet och/eller vilka arbetsplatsanpassningar som är nödvändiga.

Uppdraget formuleras och planeras med beställaren. Enligt uppdragsbeskrivning bokas beslutade insatser t ex besök på företagshälsovården och/eller på arbetsplatsen. Bedömning av individens arbetsförmåga sker utifrån fysiska, psykiska, intellektuella och sociala funktioner i förhållande till nuvarande arbetsuppgifter.

Ett status utifrån dessa perspektiv tas fram av respektive yrkeskompetens. Bedömning av framkomna resultat görs gemensamt av teamet. Dokumentation görs i patientjournal.

Ett skriftligt utlåtande lämnas till beställaren som ska innehålla uppgifter om aktuella svårigheter och möjligheter och prognos i förhållande till ordinarie arbetsuppgifter, samt förslag på vilka rehabiliterande insatser och arbetsplatsanpassningar som kan behövas.

Vid ett avstämningsmöte görs handlingsplaner utifrån framkomna resultat. Uppföljning sker enligt överenskommelse med kunden.

5.3.2.5 Utredning och stöd vid missbruk (individ och organisation)

Tjänsten formuleras och planeras med beaktande av företagets policydokument och en metodbeskrivning presenteras. Tid bokas för anställd till relevant kompetens för utredning, provtagning och bedömning. Flera kompetenser samverkar.

En kartläggning görs för att utreda graden av missbruk/beroende. Vid ett flerpartssamtal / rehabiliteringsmöte går vi igenom resultat och bedömning av utredningen. Förslag på rehabiliteringsinsatser diskuteras tillsammans med arbetsgivaren. Chef/HR och företagshälsovårdens ansvar klagörs. Rehabiliteringsinsatserna följs upp regelbundet och återkoppling till chef/HR sker



CLARAHÄLSAN

löpande. Planen kan innehålla krav på förstadagsintyg, återkommande provtagning och behandlande insatser. Råd och stöd ges till chef/HR. Uppföljning sker enligt överenskommelse.

ClaraHälsan har varit med och utarbetat Riktlinjer vid alkoholproblem på arbetsplatsen, en sammanställning från Företagshälsans riktlinjegrupp där gruppen sammanställt evidensbaserade metoder vid missbruk/beroende. ClaraHälsan jobbar aktivt med behandlingar vid beroendesjukdomar och har ett nära samarbete med alkoholmottagningen Riddargatan.



CLARAHÄLSAN