

## HÄLSOFRÄMJANDE ARBETSLIV

### Arbetslivsundersökning, ALU

#### Syfte och mål

Undersöka medarbetarens hälsostatus och identifiera riskfaktorer i arbetslivet för att förebygga framtida ohälsa. Genom att uppmärksamma tidiga tecken på ohälsa kan individen motiveras till ökat egenansvar för hälsa och livsstil. Om riskfaktorer i arbetslivet framkommer kan dessa belysas och förbättringar genomföras på arbetsplatsen.

#### Målgrupp

Hela arbetsplatsen eller avdelningar, för att kunna göra en samlad bild av medarbetarnas hälsostatus och kunna planera insatser för främjande av hälsa och arbetsliv.

#### Innehåll

Hälsokontrollen består av ett strukturerat samtal som berör individens egen hälsa och livsstilsfaktorer samt arbetsmiljörisker på arbetsplatsen.

- Frågeformulär avseende egen hälsa och livsstil samt arbetsplatsfrågor
- Syn och hörselkontroll
- Lungfunktionstest (spirometri)
- Blodtrycksmätning
- Blodprovstagning (blodvärde, blodsocker och blodfetter)
- Längd, vikt, midjemått och BMI
- Konditionstest på ergometercykel kan göras som tillval

Vid avvikande värden görs en uppföljning vid ytterligare minst ett tillfälle. Vid behov förmedlas kontakt med läkare, sjukgymnast, psykolog, eller annan vårdgivare efter individens önskemål och i överenskommelse med arbetsgivaren.

En sammanställning av undersökningen görs om tillräckligt många deltagit. I regel krävs det mer än tio personer för en sammanställning.

#### Tidsåtgång

1,5 timme.