



Universitetet i Bergen

Uttak 09.10.2012

Nyhet fra 16.06.2008

Nyhetsklipp

Mye overtid gir angst og depresjon

 NTBtekst

16.06.2008

2

NTB

Mye overtid gir angst og depresjon

NTBtekst. Publisert på trykk 16.06.2008.

Oslo (NTB): Angst og depresjon kan bli en følgesvenn for dem som har lange kvelder på jobb. Jo mer du jobber, desto større er sjansen for å få angst- og depresjonslidelser.

Det viser en undersøkelse utført av forskere ved Institutt for samfunnsmedisinske fag ved Universitetet i Bergen. Her slås det fast at menn og kvinner som jobber mer enn 40 timer i uken har høyere risiko for å få depresjon og angstlidelser enn andre.

Forskerne delte overtidsarbeidende menn i to grupper; dem som jobbet mellom 41 og 48 timer, og dem som oppga at de jobbet mellom 49 og 100 timer i uken. De som jobbet mest viste seg å ha høyest risiko for angst og depresjoner, skriver universitetets nettavis På Høyden. Bergensforskere har brukt materiale fra Helseundersøkelsen i Hordaland der 18.000 hordalendinger deltok i årene 1997 og 1999.

Forskerne fant at det var langt flere lavt utdannede blant dem som jobbet mer enn 49 timer i uken. De fant også mindre fysisk aktivitet blant dem som arbeidet mye overtid og at kvinner i denne gruppen veide mer enn referansegruppen.

- Da kan man tenke seg at forklaringen til at de som jobber mye har angst og depresjon, kan være livsstilsfaktorer. De mosjonerer mindre og veier mer, sier professor Grete S. Tell.

Men når forskerne kontrollerte denne hypotesen, fant de at forskjeller i livsstil ikke kunne forklare forskjellene i angst og depresjon. (©NTB)

© NTBtekst