

Arbetsplan för AMM:s nätverk: Hälsosamt INTräde i Arbetslivet (HINTA)



Skriven av: Marina Jonsson, Charlotte Danielsson, Helén Bertilsson, Gunilla Käller, Anette Ericsson-Blomme, Helena Fornstedt, Ximing Yuan, Stefan Oliv, Kerstin Wentz, Katrin Dierschke, Catarina Ivarsson

Sammanfattning – HINTA-arbetsplan

Prioriteringar för AMM-klinikernas personal

- **Syfte**

- Förebygga arbetsrelaterad ohälsa hos unga (16–25 år) genom tidiga insatser.
- Stärka medicinsk studie- och yrkesvägledning, och vägledning för NPF.

- **Mål**

- Minska risken att unga med kroniska sjukdomar och NPF väljer utbildningar/yrken de inte har medicinska förutsättningar för.
- Öka kunskap om medicinsk studie- och yrkesvägledning, NPF och arbetsmiljö och hälsa hos personal inom skola, elevhälsa, yrkesutbildning, vuxenutbildning och hälso- och sjukvård, samt tydliggöra ansvar för arbetsmiljön i undervisning och vid APL.
- Sprida och implementera webbresurserna jobbafrisk.se och jobbafrisknpg.se bland unga och yrkesverksamma.

- **Huvuduppgifter för AMM-klinikernas HINTA arbete**

- Bidra med expertkunskap till skolor och universitet, elevhälsan, studie- och yrkesvägledare och yrkeslärare.
- Stödja kompetenshöjning i vården kring arbetsmiljö, medicinsk vägledning och NPF.
- Delta i utbildningar, webinarier, konferenser och lokala aktiviteter.
- Samverka nationellt via HINTA-nätverket (styrgrupp, implementering, textproduktion).

- **Strategiska prioriteringar**

- Integrera HINTA:s arbete i klinikernas vardag så att all personal känner till och kan hänvisa till Jobbafrisk-sidorna.
- Utveckla och sprida utbildningsmaterial utifrån webbsidorna jobbafrisk.se och jobbafrisknpg.se.
- Påverka beslutsfattare så att medicinsk SYV och arbetsmiljö blir en självklar del av skolans styrdokument och yrkesutbildningar.

- **Förväntad nytta**

- Färre avhopp från yrkesutbildningar och tidiga karriärbyten på grund av ohälsa.
- Bättre förutsättningar för unga med kroniska sjukdomar eller NPF att jobba.
- Mer hållbart arbetsliv – lägre samhällskostnader på lång sikt.

Innehåll

Inledning	4
Bakgrund.....	4
Inträdet i arbetslivet.....	4
Utveckling av ett digitalt kunskapsstöd för unga med NPF.....	6
Nätverket	7
Syfte	9
Mål	10
Delmål	10
Målgrupper och samverkanspartners	11
Studie- och yrkesvägledare	11
Elevhälsoteamen	12
Yrkeslärare/handledare/lärare	12
Skolledning och skolhuvudmän.....	12
Primärvården och specialistsjukvård	13
Universitetsledning och högskola	13
Myndigheter och beslutsfattare (Skolverket, Arbetsförmedling, Arbetsmiljöverket, Prevent med flera)	13
Aktiviteter	13
Webbsidan JobbaFrisk.se	13
Webbsidan JobbaFriskNPF.se.....	14
Utbildningsinsatser	14
Kontakter och samverkan med myndigheter	15
Utvärdering.....	16
Framåtperspektiv.....	16
Referenser	18
Bilaga Nätverket HINTA.....	20

Inledning

För att förebygga att unga personer (16-25 år) på väg in i yrkeslivet drabbas av arbetsrelaterad ohälsa startade personal på Sveriges sju arbets- och miljömedicinska kliniker nätverket HINTA. HINTA står för ett "Hälsosamt INträde i Arbetslivet". I denna arbetsplan beskriver vi nätverkets syfte, bakgrund, mål, målgrupper, samverkan och aktiviteter.

På de arbets- och miljömedicinska klinikerna (AMM) är det många unga som söker vård för att få en arbetsmedicinsk utredning. Astma, eksem, vibrationsskador eller sjukdomar i rörelseorganen är de vanligaste besvären. I många fall leder det till att den som drabbas blir sjukskriven och kanske tvingas byta arbete eller omskola sig. Detta kan medföra stora problem och är kostsamt både för individen och för samhället. Unga som har neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) har flera utmaningar inför yrkesinträdet, vilket gör att de är en grupp som är i stort behov av kompetent vägledning och rådgivning.

Det finns ett uppenbart behov för att nå ut med mer kunskap och rådgivning för att undvika ohälsa bland unga personer som orsakas av exponeringar i arbetsmiljön. Det krävs fler insatser för att förebygga arbetsrelaterade sjukdomar hos unga, såväl för fysiska som psykiska besvär. Det är önskvärt att utveckla mer kunskap inom området arbetsmiljö, inom medicinsk studie- och yrkesvägledning samt för vägledning vid neuropsykiatriska funktionsnedsättningar. För att uppnå detta behövs en djupare samverkan mellan flera olika professioner i olika verksamheter, som myndigheter, skola, hälso- och sjukvård och intresseorganisationer.

Bakgrund

Inträdet i arbetslivet

Enligt skollagen ska elever ha tillgång till personal som har sådan kompetens att de kan vägleda till välgrundade studie- och utbildningsval [1]. Det är viktigt att skolans elevhälsa, studie- och yrkesvägledare, och yrkeslärare samarbetar för att genomföra detta. I Vägledning för elevhälsan (2019) beskrivs den samverkan som bör ske mellan elevhälsans medicinska insats och studie- och yrkesvägledarna gällande den medicinska vägledningen i skolan. Rektorn på skolan har det yttersta ansvaret för att studie- och yrkesvägledningen utformas så att eleverna får den vägledning de behöver. I FN:s konvention om barns rättigheter står det att yrkesrelaterade vägledningsinsatser ska vara tillgängliga för alla barn för att utveckla deras förmåga att göra välgrundade beslut kring sin framtid. Hänsyn skall tas till varje barns fysiska och psykiska förmåga [2–4].

Ett nyligen skrivet examensarbete betonar vikten av den medicinska studie- och yrkesvägledningen och poängterar behovet av samarbete mellan olika yrkeskategorier i

skolan för att säkerställa elevernas hälsa och arbetsförmåga genom livet. Tidiga insatser i skolan skapar förutsättningar för att eleverna får de kunskaper och färdigheter som behövs för att skydda sin hälsa på en arbetsplats. Dock visar projektet att det ofta saknas styrdokument för att fullt ut bedriva medicinsk studie- och yrkesvägledning på skolorna [5].

I andra projekt såsom Bamseprojektet [6], som studerar allergisjukdom och riskfaktorer i en födelsekohort, har det visat sig att väldigt få elever uppger att de har fått information om vad deras hälsoförutsättningar betyder i relation till gymnasievalet. När Bamseprojektet undersökte astma hos unga vuxna relaterat till frånvaro och produktionsbortfall gjordes två fynd. Först att personer med astma hade fler frånvarodagar jämfört med de som inte hade astma, och även att de som hade okontrollerad astma hade flest frånvarodagar. Sedan att det fanns en koppling mellan astma och produktionsbortfall [7].

Läsåret 2023–2024 var det 27,9 % av ansökande gymnasieelever som valde de nationella yrkesprogrammen på gymnasierna, vilken är en minskning jämfört med tidigare år [8]. I ett tidigare forskningsprojekt ”Hälsosam yrkesdebut” gav Centrum för arbets- och miljömedicin i Stockholm (Camm) ut två rapporter, ”Arbetsskaderisker i yrken efter yrkesförberedande gymnasieprogram” (delrapport 1) [9] och ”Skolans insatser för en hälsosam yrkesdebut” (delrapport 2) [10]. Delrapport 1 presenterade en jobbriskmatris över de 14 yrkesförberedande gymnasieprogrammen och de riskfaktorer som finns inom olika yrken för arbetsskador. I dessa yrkesprogram finns flera inriktningar till yrken där eleverna bedöms löpa större arbetsskaderisk jämfört med andra yrkesinriktningar eller vid andra gymnasieprogram. De åtta yrkesprogram med störst risk för att drabbas av arbetsskador var Bygg- och anläggning, Fordon och transport, Naturbruksprogrammet, El- och energiprogrammet, Hantverksprogrammet, Industritekniskt program, VVS- och fastighetsprogrammet samt Vård- och omsorgsprogrammet. I mer än hälften av gymnasiets yrkesprogram ingår yrken där det kan finnas regelverk om medicinska krav på yrkesutövaren. I den andra delrapporten ”Skolans insatser för en hälsosam yrkesdebut - en kartläggning” framgår det att mer kunskap om, och tydligare riktlinjer för, medicinsk studie- och yrkesvägledning behövs. Enligt rapporten bör elever erbjudas hälsosamtal inför yrkesvalet på högstadiet innan de väljer gymnasieprogram. Dessutom behövdes mer lättillgänglig information för elever om hälsorisker vid olika arbeten. Projektet visade att det fanns brister inom skolans systematiska arbetsmiljöarbete.

Enligt skollagen ska skolan anordna individuella riskbedömningar [1] och även erbjuda medicinska kontroller i de fall det krävs. Gymnasieskolan ska enligt läroplanen ge eleverna kunskaper, beredskap och förmåga att arbeta hälsosamt och säkert [11,12]. Med rätt förberedelse och stöd från skolan innehåller utbildningsmomentet ”Arbetsplatsförlagt

lärande” (APL) bra möjligheter för elever att träna på att arbeta på ett säkert sätt för att förebygga och minska riskerna för hälsobesvär och skador.

Ett annat forskningsprojekt, ”Ungas introduktion i arbetslivet”, undersökte hur elever på yrkesprogram på gymnasiet förbereds för att möta de utmaningar i arbetsmiljön som yrket medför [13]. Resultaten var att elever ofta tror att de själva har huvudansvaret för att arbetsuppgifterna utförs på ett säkert sätt och därför skuldbelägger sig själva vid tillbud. Endast var fjärde elev ansåg att ansvaret att göra riskanalyser låg hos arbetsgivaren och endast var tionde elev ansåg att riskerna i första hand skulle elimineras av arbetsgivaren.

Under 2015 genomförde Arbets- och miljömedicin (AMM) i Örebro en målgruppsundersökning på elever inom gymnasieskolans yrkesprogram. Syftet var att få svar på hur eleverna ville få information om vilka arbetsmiljörisker som följer med deras yrkesval. Det entydiga svaret var att det skulle ske i skolans regi. AMM i Örebro gjorde därefter en informationsfilm om handvibrationer, samt ett avsnitt i en podcast riktad till unga som handlade om handvibrationer. Yrkeslärare och handledare kan använda dessa i arbetsmiljöundervisningen på yrkesprogrammen [14,15].

Arbetslöshet är vanligare hos personer med NPF (neuropsykiatriska funktionsnedsättningar). Arbetsgivare, skola och omgivning kan ibland ha fördomar om NPF som begränsar möjligheter till studier och ett hållbart arbetsliv. Samtidigt finns det arbetsplatser där personer med NPF får möjlighet att visa sina styrkor och där funktionsvariationen bidrar till ökade prestationer och mångfald i arbetsgruppen. Det finns ingen forskning som rekommenderar specifika yrken vid NPF utan många yrken kan passa om rätt förutsättningar ges [16]. Även om det idag kan vara lättare för personer som har NPF att antas till utbildning för polis, brandman eller militär då det numera utförs individuella bedömningar kan diagnosen fortfarande vara ett hinder för att bli antagen till utbildningen eller att bli anställd [17–20].

Utveckling av ett digitalt kunskapsstöd för unga med NPF

Projektet ”Utveckling av ett digitalt kunskapsstöd för unga med NPF” pågick under perioden 2020–2023. CAMM i Stockholm ledde och genomförde projektet som hade särskild finansiering från Hälso- och sjukvårdsförvaltningen i Region Stockholm. CAMM hade vid flera tillfällen tillfrågats om en vägledning till unga med NPF, och det fanns ett önskemål inom Region Stockholm om att utveckla ett digitalt kunskapsstöd för unga med NPF. Syftet med projektet var att uppfylla behovet av ett digitalt kunskapsstöd för studie- och yrkesvägledning till personer med NPF.

Projektgruppen bestod av projektledare (sjuksköterska), läkare, kurator och redaktör på CAMM. I gruppen ingick även en professor och psykolog från Centre for neurodevelopmental

disorders, Karolinska Institutet (KIND), studie- och yrkesvägledare från Stockholm universitet samt Stockholms stad, en representant från patientorganisationen Attention samt flera unga personer med NPF. Att unga personer med NPF kunde medverka var en tillgång för projektet.

Projektet startade med en kunskapsgenomgång med en omfattande litteratursökning samt en genomgång av existerande examensarbeten utifrån projektets syfte. Projektet bjöd in en referensgrupp som bestod av professioner som arbetar med unga med NPF, och även intresseorganisationer medverkade. Utifrån detta sammanställdes en kunskapsöversikt [21] som sedan utgjorde underlaget för webbsidan JobbaFriskNPF samt rapporten "Studie- och yrkesvägledning vid neuropsykiatriska funktionsnedsättningar" [22]. Under projektets andra del implementerades webbsidan JobbaFriskNPF till skolor, universitet och myndigheter. Efter förankring på alla AMM-kliniker övertogs projektet av HINTA-nätverket i januari 2023. Det gör att vidare utveckling av projektet och fortsatt kunskapsspridning blir en del av ett nationellt arbete och därför utgör detta dokument mer än arbetsplan.

Nätverket

I november 2017 bildades det nationella nätverket Hälsosamt Inträde i Arbetslivet (HINTA). Alla AMM-kliniker i Sverige medverkar med representanter (se figur 1). I nätverket medverkar olika professioner: sjuksköterskor, yrkeshygieniker, läkare, psykologer, fysioterapeuter, ergonomer och kuratorer. Flera av deltagarna har forskarerfarenhet.

Ursprunget till nätverket är att alla AMM-kliniker möter unga personer med sjukdomar som kopplas till deras arbete. För att möjliggöra ett mer hållbart arbetsliv och tidigt förebygga ohälsa i arbetet så är det en viktig grupp att göra insatser för. Att samlas i ett nationellt nätverk för att samordna den kompetens som finns på landets AMM kliniker och samarbeta kring gemensamma beröringspunkter är angeläget och viktigt. Genom nätverket vill vi påverka beslutsfattare och myndigheter i våra angelägna frågor för att möjliggöra ett hälsosamt inträde i arbetslivet och ett långsiktigt hållbart arbetsliv.

Organisationen kring HINTA-nätverket har vuxit fram sedan starten. Det finns en styrgrupp, en implementeringsgrupp, en textgrupp och en APL-grupp (APL=Arbetsplatsförlagt lärande). Styrgruppen bildades omgående efter start i november 2017 och består av en projektledare (Marina Jonsson) och en redaktör (Charlotte Danielsson) från CAMM där driften sköts samt med representanter från alla AMM-kliniker. I styrgruppen ska det finnas representation av olika yrkesprofessioner från AMM-klinikerna så att olika perspektiv på inträdet i arbetslivet kan belysas. Styrgruppen ligger organisatoriskt under klinikledningarna på respektive AMM-klinik men har en beslutande funktion gällande driften och det övergripande arbetet av nätverket HINTA. Övergripande beslut kan dock ibland behöva diskuteras med AMM-klinikledningarna.



Figur 1: HINTA:s organisation 2025.

Under 2019 beslutade nätverket att vidareutveckla webbsidan www.jobbafrisk.se. Den har funnits på CAMM i Stockholm sedan 2004 och arbetades nu om med helt nya texter, ny layout och design, samt med nya målgrupper (se vidare under rubriken webbsidor). Under denna period startade också projektet "Utveckling av ett digitalt kunskapsstöd för unga med NPF". Båda webbsidorna kunde lanseras 2021: www.jobbafrisk.se och www.jobbafrisknpf.se. De utgör nu navet i HINTA:s mål om kunskapsspridning och utåtriktade aktiviteter. I samband med lanseringen av webbsidorna bildades en implementeringsgrupp med representanter från flera av AMM-klinikerna. Implementeringsgruppen arbetar främst med insatser för kunskapsspridning och implementering av webbplatserna. Till exempel har en serie med webinarier (cirka ett tillfälle i månaden) med olika föreläsningar inom området genomförts terminsvis. Implementeringsgruppen samordnar också andra utbildningsaktiviteter och bjuds in till olika konferenser som arrangeras externt, till exempel av Skolverket och universitet. HINTA har vid flera tillfällen föreläst på AMM:s vårmöten.

Textgruppen bildades när webbplatsen www.jobbafrisk.se började att utformas och i den finns representation från de flesta AMM-klinikerna. Möten i textgruppen sker cirka varannan månad. Syftet har varit att skriva texterna om olika yrken till fliken "Jobbguiden" på webbplatsen. Numera arbetar gruppen även med uppdateringar av befintliga texter, samt

med att skriva nya texter. Under 2025 har det bildats en arbetsgrupp för texter om “Arbetsplats förlagt lärande” (APL) till www.jobbafrisk.se.

Flera av AMM-klinikerna anordnar lokala aktiviteter i HINTA:s regi, som utbildningar för personal på skola, inom elevhälsan och på universitet med flera. Även medverkande i mässor förekommer.

Nätverket samverkar digitalt genom Microsoft Teams där allt gemensamt material samlas. Alla som medverkar i HINTA har tillgång till teamet. I teamet finns tidigare projektplan, mötesanteckningar, presentationer från konferenser, intressanta dokument som berör området, samt våra rapporter och broschyrer med mera. Styrgruppen, textgruppen och implementeringsgruppen har digitala möten cirka varannan månad. Hela nätverket träffas fysiskt en gång per år på ett förmöte till AMM:s årliga vårmöte.

Syfte

Syftet med nätverket är att:

- **Samordna:**
Den nationella kompetens som finns inom arbetsmiljöområdet med fokus på unga personer.
Att samverka i frågor, projekt och utbildningar som berör medicinsk studie- och yrkesvägledning eller studie- och yrkesvägledning vid NPF.
- **Informera och påverka myndigheter och andra beslutsfattare:**
Om vikten av medicinsk studie- och yrkesvägledning och studie- och yrkesvägledning vid NPF i skolorna.
Om betydelsen av en god arbetsmiljö.
För att riktlinjer och lagar för arbetsmiljön ska efterlevas även för unga arbetstagare.
- **Verka för att kompetensen höjs för medicinska studie- och yrkesvägledning och studie- och yrkesvägledning vid NPF:**
Genom en obligatorisk kurs i högskolans utbildningar till rektorer, yrkeslärare, elevhälsan och studie- och yrkesvägledare.
- **Verka för att kompetensen höjs inom området arbetsmiljö:**
Genom att kunskap om arbetsmiljö ingår i skolans undervisning både i teori och praktik (APL), inklusive hur eleverna kan/bör arbeta för att långsiktigt bibehålla hälsan.

Mål

Genom ökad kunskap bidra till att:

- Minska risken för att elever väljer en utbildning eller ett arbete som de inte har medicinska förutsättningar att klara av.
- Minska risken för arbetsrelaterade skador eller sjukdomar tidigt i yrkeslivet eller redan under utbildningen.
- Höja kompetensen inom medicinsk studie- och yrkesvägledning, och vägledning vid NPF, för yrkesgrupper som möter unga med kroniska sjukdomar eller NPF: studie- och yrkesvägledare, yrkeslärare, elevhälsans personal och personal inom sjukvården.
- Höja kompetens och öka kunskapen i skolundervisningen och på APL om arbetsmiljöfaktorer och hälsa, inklusive vem som ansvarar för arbetsmiljön.
- Fler unga med kroniska sjukdomar som utsätts för riskexponeringar eller har NPF får kännedom om webbplatserna www.jobbafrisk.se och www.jobbafrisknfp.se för att få råd och kunskap om ett hållbart arbetsliv.
- Få fler inom yrkesprofessionen som vägleder unga att använda webbplatserna www.jobbafrisk.se och www.jobbafrisknfp.se i sitt arbete.

Delmål

Öka kunskapen genom att:

- Ge information och utbildning om vilka medicinska förutsättningar som ungdomar behöver ta hänsyn till när de väljer ett gymnasieprogram, samt även vilka aspekter på vägledning som gäller och bör beaktas för unga med NPF. Kunskapsnivån behöver höjas både bland ungdomar och bland de som möter ungdomar i sin yrkesroll, som studie- och yrkesvägledare, skolsköterskor, skolläkare, rektorer, yrkeslärare och handledare både i undervisning och under praktik. Även sjukvårdspersonal som i sin profession möter ungdomar med NPF, kroniska sjukdomar eller riskfyllda exponeringar bör ha kunskap om hälsorisker i olika yrken.
- Ge information och utbildning om vad ungdomar, yrkeslärare, handledare på praktikplatser samt arbetsgivare kan och bör göra för att öka förutsättningarna för ett långt och hälsosamt arbetsliv. Ungdomar behöver få information om vem som har ansvar för arbetsmiljön så att de vet vem de ska vända sig till när det uppstår problem.

Påverka myndigheter och beslutsfattare så:

- Att webbsidorna www.jobbafrisk.se och www.jobbafrisknppf.se löpande kan uppdateras och integreras i olika externa verksamheter för att dels underlätta för en studie- och yrkesvägledning som tar med de medicinska aspekterna, och dels förbättra förutsättningarna för en god vägledning vid NPF.
- Att medicinsk studie- och yrkesvägledning finns integrerat i skolans studie- och yrkesvägledning vid val till gymnasieprogrammen.
- Att medicinsk studie- och yrkesvägledning och vikten av en god arbetsmiljö för unga finns med i högskolans utbildningar för studie- och yrkesvägledare.
- Att poängtera att ämnet arbetsmiljö måste inkluderas i högre grad i yrkesprogrammen på gymnasiet.
- Att medicinska kontroller utförs enligt föreskrifter samt när behov uppstår, även i skolan och under APL-perioderna.
- Att se till att det informeras om arbetsmiljöaspekter (förebyggande skyddsåtgärder och riskbedömningar) för att minska risken för framtida skador eller sjukdom.

Målgrupper och samverkanspartners

HINTA har flera målgrupper och samverkanspartners för att nå våra syften och mål. De målgrupper som främst är aktuella är ungdomar och deras vårdnadshavare, personal i skolor (studie- och yrkesvägledare, yrkeslärare, elevhälsan och rektorer) samt även personal inom vården som behandlar unga med kroniska sjukdomar eller NPF. För alla målgrupper bör nätverket betona vikten av samverkan mellan olika professioner. Nedan följer information och förslag på hur nätverket bör utforma insatser till målgrupperna för att uppnå syften och mål.

Studie- och yrkesvägledare

- Öka kunskapen om betydelsen av att beakta de medicinska förutsättningar, så kallad medicinsk studie- och yrkesvägledning, som elever bör känna till i samband med att de väljer utbildning. Perspektivet bör vara på de olika yrkesprogrammen och de yrken de leder till. Vilka hälsorisker finns inom exempelvis bygg/el/VVS/hantverk/industri/vård/ naturbruksprogrammet och vad betyder det för elevens individuella hälsoförutsättningar?
- Skapa förståelse för vikten av att yrkespersonal har en fördjupad insikt om metoder och förutsättningar för en konstruktiv vägledning vid NPF.
- Verka för ett ökat samarbete mellan studie- och yrkesvägledare och elevhälsan på skolorna.

- Universitetsutbildningarna på SYV-programmet bör innehålla undervisning om medicinsk studie- och yrkesvägledning, arbetsmiljörisker, hälsorisker vid vissa sjukdomar, diagnoser och exponeringar i arbetet, samt specifika kursmoment om vägledning vid NPF.

Elevhälsoteamen

I hälsosamtalet med eleven kan skolsköterskan ställa frågor om yrkesval till gymnasiet, och identifiera de elever som har behov av en medicinsk studie- och yrkesvägledning. Genom att elevhälsan involverar och samarbetar med studie- och yrkesvägledaren kan eleven få en riktad information om olika yrkens medicinska aspekter. Eleven kan på så vis sedan göra ett välgrundat val utifrån sina egna specifika behov. Skolläkaren är en viktig part att involvera i detta arbete. Skolsköterskor och skolläkare bör ha ett gemensamt förhållningssätt för att minska riskerna för ohälsa i samband med praktik och yrkesdebut. Viktiga insatser att genomföra kan vara att:

- Öka kunskapen om medicinsk studie- och yrkesvägledning och vägledning vid NPF.
- Öka kunskapen om medicinska kontroller och när dessa skall anordnas.
- Verka för ett ökat samarbete mellan studie- och yrkesvägledare och elevhälsan.

Yrkeslärare/handledare/lärare

Elever som redan påbörjat ett yrkesprogram behöver information om hälsorisker inom sitt yrkesval och om lagar och regelverk som omfattar yrket. Vid undervisning i skollokaler och vid arbete på APL-platsen är det viktigt att varje elev får information utifrån sina individuella förutsättningar, så att olycksrisker och risker som innebär hälsofara av annat skäl kan undvikas. En bra samverkan och dialog behöver ske med yrkesläraren/ praktiksamordnaren på skolan, och handledaren på praktikplatsen. Kunskap om hälsorisker behöver finnas både inom skolan och på arbetsplatsen. Därför behöver både yrkeslärare/praktiksamordnaren och handledare ha kunskap om arbetsmiljöns betydelse. Information om hälsa, arbetsmiljö och olika yrken kan ske tidigt i grundskolan utifrån elevernas mognad och ålder. Det skulle kunna öka varje elevs möjlighet att göra ett välinformerat val till gymnasiet. Undervisningen skulle kunna vara integrerad i flera olika ämnen som en naturlig del i syftet att uppnå en god hälsa.

Skolledning och skolhuvudmän

Rektorer och andra skolledare behöver mer kunskap om betydelsen av medicinsk studie- och yrkesvägledning. Utbildning om arbetsmiljö under teori och praktik borde vara ett prioriterat område på skolorna. Skolledare behöver också informeras om sitt arbetsmiljöansvar och vad detta innebär.

Primärvården och specialistsjukvård

Målgrupper för HINTA är även läkare, sjuksköterskor, kuratorer, fysioterapeuter, sjukgymnaster, arbetsterapeuter, psykologer och rehab-koordinatorer inom sjukvården. Syftet är att öka kunskap om hälsorisker i olika yrken samt att betona vikten av kompetens inom medicinsk studie- och yrkesvägledning för att kunna förmedla den kunskapen till ungdomar med kroniska sjukdomar och NPF. Kunskap bör spridas om att barn och ungdomar med befintliga hälsobesvär och kroniska sjukdomar kan få förvärrade besvär i vissa yrken/exponeringar.

Universitetsledning och högskola

Det bör finnas undervisning på universitet och högskolor om både medicinsk SYV och om arbetsmiljö på flera olika utbildningsprogram, inklusive för rektorer, studie- och yrkesvägledare, skolsköterskor, läkare, sjuksköterskor, samt olika magisterutbildningar inom arbete och hälsa.

Myndigheter och beslutsfattare (Skolverket, Arbetsförmedling, Arbetsmiljöverket, Prevent med flera)

- Uppvakta och påverka myndigheter och beslutsfattare gällande vikten av medicinsk studie- och yrkesvägledning, vägledning vid NPF och en god arbetsmiljö för unga i arbetslivet för att möjliggöra ett hållbart arbetsliv, något som i sin tur medför minskade samhällskostnader och en mer hållbar utveckling för samhället.
- Genom samarbete med beslutsfattare och myndigheter sprida och implementera webbsidorna www.jobbafrisk.se och www.jobbafrisknpf.se för att öka kunskapen om arbetsmiljörisker och hur arbetsrelaterade sjukdomar kan förebyggas.

Aktiviteter

För att uppnå HINTA:s mål utförs olika former av aktiviteter, både lokalt och nationellt. De två webbplatserna www.jobbafrisk.se och www.jobbafrisknpf.se utgör navet i HINTA:s mål gällande kunskapsspridning och implementering.

Webbsidan [JobbaFrisk.se](http://www.jobbafrisk.se)

Målet med webbsidan www.jobbafrisk.se är att genom kunskapsspridning och implementering minska risken för uppkomst av ohälsa eller myndighetshinder vid olika yrkesarbeten och därmed minska problem för individ, organisation och samhälle. Vi vill undvika att unga personer som står inför ett gymnasieval, omskolning eller är nyanlända väljer en utbildning (ett yrke) som är olämpligt av medicinska skäl eller stoppas av myndigheters medicinska krav. På webbplatsen finns informationen om hälsorisker och riskexponeringar som förekommer inom olika yrken och vad personer bör tänka på inför ett yrkesval för att hålla sig frisk under hela arbetslivet.

Webbsidan JobbaFriskNPF.se

Målet med webbsidan www.jobbafrisknurf.se/ är att kunna ge evidensbaserad information om studie- och yrkesvägledning vid NPF i form av råd och praktisk guidning till unga med NPF. Sidan vänder sig också till yrkesprofessionen som studie- och yrkesvägledare, yrkeslärare, elevhälsan och även vårdprofessionen. Informationen på webbplatsen innehåller fakta kring NPF i relation till studier och arbetsliv som kan vara viktigt i relation till hälsa och arbetsförmåga. Det finns bland annat rekommendationer och olika guider för det praktiska arbetet i relation till studie- och yrkesliv. Arbetet med webbsidan påbörjades samtidigt som en kunskapsöversikt i ämnet sammanställdes, vilken ligger till grund för det mesta av informationen som finns på webbplatsen [21].

Utbildningsinsatser

Gällande utbildningsaktiviteter se också [Utåtriktade aktiviteter HINTA.xlsx](#).

Webbinarieserien

Sedan 2022 har en webinariserie genomförts med fokus på ett hälsosamt inträde i arbetslivet. Webbinarieserien hålls cirka en gång i månaden under terminerna. Föreläsare som bjudits in är från AMM-klinikerna, universiteten eller myndigheter i landet. Föreläsningarna har haft ämnen som: allergi, astma och eksem i arbetslivet, riskbedömning för yrkeslärare, skyddsutrustning på gymnasiets yrkesutbildningar, vibrationer, medicinska kontroller och ung med NPF – vägen till arbete. Antal anmälda till dessa webinarier har varit mellan 40-500 personer per tillfälle.

Universitet

På de tre studie- och yrkesvägledarprogram som finns i Umeå, Stockholm och Malmö undervisar varje år föreläsare från HINTA om hälsa i relation till yrkesexponeringar och medicinsk studie- och yrkesvägledning. HINTA föreläser på skolsköterskeprogrammet i Skövde, på distriktsjuksköterskeutbildningarna (astma-KOL-team), på magisterprogrammet arbete och hälsa på Karolinska Institutet, samt på specialistutbildningen för skolläkare vid Arbets- och miljömedicin Syd.

Lokala utbildningsaktiviteter

Flera av AMM-klinikerna har lokala utbildningsinsatser inom ramen för HINTA:s mål och uppdrag. Detta inkluderar föreläsningar till olika personalgrupper i skolor, skyddsombud, företagshälsovården med flera, se vidare HINTA:s logg.

Medverkan på mässor

Under 2024 medverkade HINTA på Gymnasiemässan i Uppsala och på mässan Yrkeskampen i Sollentuna (Stockholm) för 8:e klassare med syftet att informera om hälsoaspekter vid gymnasievalet.

Medverkan på konferenser

Föreläsare från HINTA har medverkat på Skolsköterskekongressen 2023, ASTA:s (allergisjuksköterskornas) konferens 2023, Skolverkets konferens Yrkesfokus 2023 och Vägledarföreningens rikskonferens 2019. Nätverket har också medverkat flera gånger på AMM:s årliga vårmöten.

Befintliga kunskapsstöd och riktlinjer

Tips om webbsidan www.jobbafrisk.se finns med i flera kunskapsstöd för sjukvården, där den används som en resurs som belyser vikten av vägledning inför yrkesval vid allergi, astma, rinit och eksem.

- Läkemedelsverkets riktlinjer för astma hos barn och vuxna.
- VISS (kunskapsstöd för Region Stockholm) [23,24] för primärvården: Astma hos barn och unga samt Rinit.
- Information finns med på AKO:s riktlinjer för primärvården i Skåne till exempel om allergi, arbetsrelaterad astma, KOL och rinit.

Kontakter och samverkan med myndigheter

HINTA har under åren haft kontakter med flera myndigheter såsom Skolverket, Arbetsmiljöverket, Arbetsförmedlingen och Myndigheten för arbetsmiljökunskap (Mynak). HINTA har medverkat i Skolverkets projekt om utveckling av digitala verktyg för studie- och yrkesvägledare och deltagit på Skolverkets konferens "Fokus" gällande webbsidan och dess användning samt HINTA:s information om ergonomi på Jobbafrisk.se. Flera möten har hållits med Mynak om hur myndigheten och HINTA kan samverka. Mynak har tagit stöd av information på Jobbafrisknpf.se i arbetet med nya riktlinjer om NPF till Företagshälsovården som ska presenteras våren 2026. Möten med arbetsförmedlingen har hållits för kunskapsutbyte om hur vi arbetar med information om olika yrken inom respektive organisation. En samverkan har också skett med projektet Samstart som varit ett flerårigt EU-projekt som drivs av Arbetsförmedlingen i samverkan med skolor, kommuner och andra aktörer. Det erbjuder ett individuellt och samordnat stöd för elever som behöver extra hjälp i övergången från skola till arbetsliv eller till vidare studier. Samstart integreras från hösten 2025 in i befintliga verksamheter. HINTA har deltagit i samverkansmöten med Samstart samt bjudit in projektet till utbildningsinsatser.

Publiceringar

HINTA har medverkat i flera publiceringar såsom i tidningen Arbetsliv, Elevhälsans tidskrift samt Skolskötersketidskriften, Special Nest (2025) och i en vetenskaplig review [25]. Webbsidan www.jobbafrisk.se och www.jobbafrisknpf.se finns med och rekommenderas på flera andra webbplatser som exempelvis hos Skolverket, Elevhälsan, patientorganisationer,

kommuners hemsidor. Evenemang, webinarium och annat intressant som anordnas av HINTA publiceras regelbundet på Jobbafrisks sociala medier.

Utvärdering

Nätverket utvärderar sin verksamhet genom regelbunden statistik över antal besökare och de mest besökta sidorna på webbplatserna www.jobbafrisk.se och www.jobbafrisknpf.se.

Nästan alla utbildningar och webinarier som genomförs i HINTA:s regi utvärderas genom enkäter. Dessutom utformas delmål och aktivitetsplan varje år för nätverket och ett årshjul finns numera för att få en överblick över alla aktiviteter och när de ska ske.

(<https://create.plandisc.com/wheel/showPublic/95RMwrK>)

Framåtperspektiv

Genom vårt arbete i HINTA hoppas vi att fler av våra målgrupper beaktar betydelsen av medicinsk studie- och yrkesvägledning, vägledning av personer med NPF, samt arbetsmiljöaspekter med särskilt fokus på inträdet i arbetslivet. Medicinsk studie- och yrkesvägledning bör vara en naturlig del i arbetet med elever och alltid inkluderas i studie- och yrkesvägledning. Det ska tydligt stå i styrdokument att medicinska aspekter skall finnas med vid vägledning samt att specifik hänsyn bör tas vid vägledning av personer med NPF. Vi vill arbeta för att webbsidorna www.jobbafrisk.se och www.jobbafrisknpf.se ska kunna vara ett verktyg som skolorna använder för att vägleda elever. Rektorer bör ännu bättre förstå sitt arbetsmiljöansvar. Utifrån HINTA:s syfte och mål kan nätverket också stimulera och medverka till att olika projekt kan utvecklas. Genom utvecklingsarbeten och forskning i nätverket kan ny kunskap uppnås som ger nya perspektiv på hur ett hälsosamt inträde i arbetslivet kan uppnås för unga. Förslag på projekt kan vara att undersöka hur implementeringsinsatserna påverkar kunskapssnivåer och aktiviteter hos våra målgrupper. Ett annat förslag kan vara att undersöka och kartlägga de unga patienter som söker vård på AMM-kliniker. Vilka diagnoser som har identifierats i relation till deras exponeringar, och vilken information de fått kring yrkesval. Annat kan vara att undersöka hur många av de unga patienterna på kliniken som har en NPF-diagnos.

Nätverket HINTA vill också:

- Att våra kommande texter om Arbetsplatsförlagt lärande (APL) leder till att yrkeslärare, samordnare och handledare ska kunna se betydelsen av en bra arbetsmiljö under praktik både på arbetsplatsen och under den praktiska undervisningen i skolan.
- Verka för att anställning av personer med NPF kan underlättas och att fler arbetsgivare ska se vilka positiva styrkor personer med NPF besitter om rätt förutsättningar ges.

- I högre utsträckning samverka och utöka dialoger med fler myndigheter för att åstadkomma ett mer hållbart arbetsliv för unga.
- Vara en självklar del i det dagliga arbetet på alla AMM-kliniker, där allt arbete och de projekt som berör inträdet i arbetslivet delges HINTA så att synergieffekter kan uppnås.
- Alla medarbetare på AMM-klinikerna ska känna till HINTA.

-

Referenser

1. Utbildningsdepartementet. Skollag (2010:800) [Internet]. Svensk författningssamling. Avs. 2 kap.29§ juni 23, 2010. Tillgänglig vid: https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/skollag-2010800_sfs-2010-800/
2. Förordning om läroplan för gymnasieskolan [Internet]. Skolverkets författningssamling nov 1, 2011. Tillgänglig vid: <https://skolfs.skolverket.se/#/dokument/2011:144/selected/2011:144>
3. Förordning om läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet [Internet]. Skolverkets författningssamling, SKOLFS 2010:37 feb 1, 2011. Tillgänglig vid: <https://www.skolverket.se/regler-och-ansvar/sok-forordningar-och-foreskrifter-skolfs>
4. Lag (2018:1197) om Förenta nationernas konvention om barnets rättigheter [Internet]. svensk författningssamling, SFS nr: 2018:1197 jan 1, 2020. Tillgänglig vid: https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-20181197-om-forenta-nationernas-konvention_sfs-2018-1197/
5. Hallegren, Amanda, Lundström, Antonia. MAN SKA INTE BEHÖVA BLI SJUK PÅ JOBBET! : Kvalitativ studie om medicinsk studie- och yrkesvägledning [Internet] [Examensarbete för Studie- och yrkesvägledarprogrammet]. [Umeå]: Umeå universitet, Samhällsvetenskapliga fakulteten, Institutionen för tillämpad utbildningsvetenskap.; 2024 [citerad 14 mars 2025]. Tillgänglig vid: <https://umu.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A1873779&dswid=-8263>
6. BAMSE Projektet | Karolinska Institutet [Internet]. BAMSE Projektet. [citerad 14 mars 2025]. Tillgänglig vid: <https://ki.se/imm/forskning-vid-imm/enheter-vid-imm/enheten-for-miljomedicinsk-epidemiologi/bamse-projektet>
7. Ekström S, Hernando-Rodriguez JC, Andersson N, Murley C, Arfuch VM, Merritt AS, m.fl. Asthma Is Associated With Increased Sickness Absence Among Young Adults. J Allergy Clin Immunol Pract [Internet]. 01 september 2024 [citerad 26 februari 2025];12(9):2364-2371.e5. Tillgänglig vid: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S221321982400518X>
8. Sveriges officiella statistik. Elever på program redovisade efter typ av huvudman och skolår, läsåret 2023/24 [Internet]. Skolverket. [citerad 14 mars 2025]. Tillgänglig vid: https://view.officeapps.live.com/op/view.aspx?src=https%3A%2F%2Fsisir.skolverket.se%2Fsisir%2Fsitevision_doc.getFile%3Fp_id%3D552680&wdOrigin=BROWSELINK
9. Allan Toomingas, Elin Sandberg, Marie Lewné. Arbetsskaderisker i yrken efter yrkesförberedande gymnasieprogram [Internet]. Stockholm: Centrum för arbets- och miljömedicin; 2014 [citerad 14 mars 2025] s. 32. (Delrapport från projektet Hälsosam yrkesdebut). Report No.: 2014 : 05. Tillgänglig vid: <https://www.camm.regionstockholm.se/rapporter-och-faktablad/rapporter/rapporter-2014/>
10. Marina Jonsson, Lena Hillert, Marie Lewné, Mihály Matura, Marianne Parmsund, Elin Sandberg, m.fl. Skolans insatser för en hälsosam yrkesdebut – en kartläggning [Internet]. Camm Rapporter 2016. [citerad 14 mars 2025]. Tillgänglig vid: <https://www.camm.regionstockholm.se/rapporter-och-faktablad/rapporter/rapporter-2016/>
11. Skolverket. Läroplan, program och ämnen i gymnasieskolan [Internet]. [citerad 14 mars 2025]. Tillgänglig vid: <https://www.skolverket.se/undervisning/gymnasieskolan/laroplan-program-och-amnen-i-gymnasieskolan>

12. Ämne - Bygg och anläggning [Internet]. Skolverket. [citerad 03 juni 2025]. Tillgänglig vid: <https://www.skolverket.se/undervisning/gymnasieskolan/amnesplaner-i-gymnasieskolan/hitta-program-och-amnen-i-gymnasieskolan-gy25/amne-gy2025>
13. Andersson IM, Gunnarsson K, Rosèn G, Moström Åberg M. Knowledge and Experiences of Risks among Pupils in Vocational Education. Saf Health Work [Internet]. september 2014;5(3):140–6. Tillgänglig vid: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25379328/>
14. Hur ska kroppen hålla - handvibrationer på jobbet [Internet]. Örebro; 2017 [citerad 14 mars 2025]. Tillgänglig vid: <https://www.youtube.com/watch?v=Nb3Z-eAkaT4>
15. Region Örebro länR. #2: Vibrationsskador hos unga by Arbetsmiljö och miljömedicin | Mixcloud [Internet]. [citerad 14 mars 2025]. (Arbetsmiljö och miljömedicin). Tillgänglig vid: <https://www.mixcloud.com/arbetemiljo/2-vibrationsskador-hos-unga/>
16. Baldwin S, Costley D, Warren A. Employment Activities and Experiences of Adults with High-Functioning Autism and Asperger's Disorder. J Autism Dev Disord [Internet]. 01 oktober 2014 [citerad 20 februari 2021];44(10):2440–9. Tillgänglig vid: <https://doi.org/10.1007/s10803-014-2112-z>
17. Medicinsk kontroll [Internet]. [citerad 20 mars 2025]. Tillgänglig vid: <https://www.msb.se/sv/utbildning--ovning/msbs-utbildningsprogram/skydd-mot-olyckor/behorighet-skydd-mot-olyckor/medicinsk kontroll/>
18. Medicinsk information inför polisprovning [Internet]. [citerad 20 mars 2025]. Tillgänglig vid: <https://plikverket.se/ansok-till-en-utbildning/polisutbildningen/medicinsk-information-infor-polisprovning>
19. Försvarsmakten. Krav grundutbildning [Internet]. Försvarsmakten. [citerad 20 mars 2025]. Tillgänglig vid: <https://jobb.forsvarsmakten.se/sv/utbildning/grundutbildning/behorighetskrav/>
20. Försvarsmaktens medicinska bedömningsgrunder (FM MBG) Utgåva 2019 [Internet]. 2019 [citerad 02 juli 2021] s. 41. Report No.: FM2019-14542:1. Tillgänglig vid: [https://www.fhs.se/download/18.16c564ff16e3ceaa9095fdb2/1574156720045/Underbilaga%201.1.%20FM2019-14542.1%20Bilaga%201%20F%C3%B6rsvarsmaktens%20medicinska%20bed%C3%B6mningsgrunder%20\(FM%20MBG\)%20utg%C3%A5va%202019.pdf](https://www.fhs.se/download/18.16c564ff16e3ceaa9095fdb2/1574156720045/Underbilaga%201.1.%20FM2019-14542.1%20Bilaga%201%20F%C3%B6rsvarsmaktens%20medicinska%20bed%C3%B6mningsgrunder%20(FM%20MBG)%20utg%C3%A5va%202019.pdf)
21. Bölte Sven, Toomingas Allan, Jonsson Marina. Studie- och yrkesvägledning vid neuropsykiatriska funktionsnedsättningar - en kunskapsöversikt och rekommenderad praxis. Centrum För Arbets och Miljömedicin i Stockholm; 2021.
22. Bölte S, Marina Jonsson, Allan Toomingas. Studie- och yrkesvägledning vid neuropsykiatriska funktionsnedsättningar [Internet]. Stockholm: Centrum för arbets- och miljömedicin - Region Stockholm; 2022 [citerad 14 mars 2025] s. 68. Report No.: 2022:01. Tillgänglig vid: https://www.jobbafrisknpf.se/mer_information/dokument-att-ladda-ned-och-skriva-ut/
23. Allergisk rinokonjunktivit - Viss.nu [Internet]. viss.nu. [citerad 03 juni 2025]. Tillgänglig vid: <https://viss.nu/kunskapsstod/vardprogram/allergisk-rinokonjunktivit>
24. Astma/obstruktiv bronkit hos barn och ungdomar - Viss.nu [Internet]. viss.nu. [citerad 03 juni 2025]. Tillgänglig vid: <https://viss.nu/kunskapsstod/vardprogram/astma-obstruktiv-bronkit-hos-barn-och-ungdomar>
25. Bölte S, Carpini JA, Black MH, Toomingas A, Jansson F, Marschik PB, m.fl. Career Guidance and Employment Issues for Neurodivergent Individuals: A Scoping Review and Stakeholder Consultation. Hum Resour Manage [Internet]. 2025 [citerad 03 juni 2025];64(1):201–27. Tillgänglig vid: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/hrm.22259>

Bilaga Nätverket HINTA

Anette Ericsson Blomme	Örebro	anette.ericsson-blomme@regionorebrolan.se
Bodil Björ	Umeå	bodil.bjor@regionvasterbotten.se
Carolina Bigert	Stockholm	Carolina.bigert@regionstockholm.se
Charlotte Danielsson	Stockholm	charlotte.danielsson@regionstockholm.se
Charlotte Lewis	Umeå	charlotte.lewis@regionvasterbotten.se
Gunilla Käller	Örebro	gunilla.kaller@regionorebrolan.se
Helena Fornstedt	Uppsala	helena.fornstedt@akademiska.se
Helén Bertilsson	Umeå	helen.bertilsson@regionvasterbotten.se
Ida Eriksson	Uppsala	ida.ka.eriksson@akademiska.se
Ingrid Liljelind	Umeå	ingrid.liljelind@regionvasterbotten.se
Jessica Westerlund	Örebro	jessica.westerlund@regionorebrolan.se
Karin Berglund	Stockholm	karin.berglund@regionstockholm.se
Katrin Dierschke	Lund	katrin.dierschke@skane.se
Kerstin Wentz	Göteborg	kerstin.wentz@amm.gu.se
Lenita Öqvist	Uppsala	lenita.oqvist@akademiska.se
Malin Engfeldt	Lund	Malin.Engfeldt@skane.se
Maria Lagrelius	Stockholm	maria.lagrelius@regionstockholm.se
Marie-Louise Lind	Stockholm	marie-louise.lind@regionstockholm.se
Marina Jonsson	Stockholm	marina.jonsson@regionstockholm.se
Nina Ivarsson	Lund	catarina.ivarsson@skane.se
Sara Andersson	Umeå	sara.andersson@regionvasterbotten.se
Stefan Oliv	Göteborg	stefan.oliv@vgregion.se
Ximing Yuan	Linköping	ximing.yuan@regionostergotland.se