

A large offshore oil rig is illuminated at night, with its complex structure and cranes glowing against a dark blue sky and sea. A bright light source, possibly a flare, is visible on the left side of the rig.

Nattskiftarbeid på sokkelen: Arbeidsforhold, søvn, helse og fritid

*En undersøkelse blant medlemmer av Lederne som jobber skift
på offshoreinstallasjoner*

Mari Holm Ingelsrud, Eivind Falkum og Bitten Nordrik



Arbeidsforskningsinstituttet

HØGSKOLEN I OSLO
OG AKERSHUS



Forord

Arbeidsforskningsinstituttet ved Høgskolen i Oslo og Akershus har gjennomført undersøkelsen i denne rapporten på oppdrag fra olje- og gassgruppen i fagorganisasjonen Lederne. Lederne har finansiert arbeidet.

Siktemålet med undersøkelsen har vært å dokumentere arbeidsforhold, helse og sosiale forhold som knytter seg til skiftarbeid generelt og til nattarbeid spesielt. Olje- og gassgruppen i Lederne vil presentere resultatene med sikte på å få en dialog med arbeidsgiverne om utfordringer knyttet til skiftarbeid, og samarbeid om å utvikle mulige forbedringstiltak. Rapporten er i hovedsak beskrivende, i tråd med oppdragsgivers ønsker.

Vi har hatt et tett samarbeid med Per Helge Ødegård og Terje Herland hos Lederne. De har bistått oss med sine inngående kunnskaper både om bransjen og om arbeidsforhold på norsk sokkel. Vi takker for utmerket samarbeid.

Arbeidsforskningsinstituttet

Høgskolen i Oslo og Akershus

Oslo 23. august 2017

Mari Holm Ingelsrud

Eivind Falkum

Bitten Nordrik

Innhold

Forord.....	2
Sammendrag	4
1 Introduksjon	5
2 Bakgrunn og problemstilling	5
3 Gjennomføringen av undersøkelsen i 2017	6
3.1 Trekk ved utvalget	6
4 Arbeidsforhold generelt	8
5 Å snu døgnet	12
5.1 Søvn og hvile	13
5.2 Å snu døgnrytmen	13
5.3 Å snu etter nattskift.....	15
5.4 Det blir ikke bedre av å jobbe skift lenge	16
6 Arbeidsforhold på nattskift versus dagskift.....	18
6.1 Generelle arbeidsforhold	18
6.2 Fysisk og psykososialt arbeidsmiljø	20
6.3 Opplevd risiko	22
6.4 Søvn og hvile	23
6.5 Bruk av sovemedisiner og preparater i arbeidsperiodene	26
6.6 Bo- og levetforhold	27
6.7 Friperiodene hjemme	30
6.8 Helse	32
Referanser	33
Vedlegg 1: Utvalg og metode	33
Generaliserbarhet	34

Sammendrag

- 61 prosent av de som har dag- og nattskift mener typiske dagoppgaver blir utført på nattskift
- 71 prosent sier at de trenger fire dager eller mer for å hente seg inn etter nattskiftperioden
- Av de som jobber både dag og nattskift, og som sier de bruker 4 dager eller mer "før de føler at de fungerer som normalt når de snur fra dag til nattskift", har 39 prosent jobbet skift i mer enn 20 år. Det blir vanskeligere å snu døgnet jo lengre du har jobbet skift.
- Evnen til å snu døgnet ser ut til å bli dårligere jo lengre du har jobbet skift, enten du jobber dag/nattskift eller svingskift. Derfor er seniorpolitikken på sokkelen veldig viktig.
- Til sammen 36 prosent av de som jobber dag og nattskift er enige/helt enige i at "I praksis går hensynet til produksjonen foran hensynet til HMS".
- De som er på nattskift er fysisk og/eller psykisk utmattet etter endt skift i betydelig mye større grad enn de som er på dagskift.
- De som er på nattskift har
 - Betydelig dårligere muligheter til å treffe viktige beslutninger for å gjøre jobben enn de som er på dagskift
 - 65 prosent av de som er på nattskift mener bemanningen er tilstrekkelig til at HMS ivaretas på en god måte, mot 79 prosent av de som er på dagskift
 - 69 prosent av de på nattskift mener at ulykkesberedskapen er god, mot 82 prosent av de på dagskift
 - 58 prosent av de på nattskift føler seg tilstrekkelig uthvilt når de er på jobb, mot 84 prosent av de på dagskift.
- De som er på nattskift er i *langt mindre grad* enn de på dagskift enige i at
 - Rekreasjonsmulighetene er gode
 - Lugarforholdene er gode
 - Mat og drikke kvaliteten er god
 - Maten er variert
 - Maten er sunn
 - Maten smaker godt (figur 9)
- De som jobber både dag og natt har 20 uker i året med dårlig kosthold. Det spares på maten på nattskift.
- Av de som jobber både dag- og nattskift bruker 11 prosent reseptbelagte medisiner, og 15 prosent medisiner uten resept for å snu døgnrytmen etter nattskift
- Halvparten av skiftarbeiderne opplever nattarbeid som mer risikofyllt enn dagarbeid. 44 prosent svarer nei på spørsmålet.
- 10 prosent av de som var på nattskift på forrige tur ble vekket på fritiden sin. Det samme gjaldt bare 2 prosent av de som var på dagskift.

1 Introduksjon

I 2007 gjennomførte Lederne den første undersøkelsen om virkninger av helkontinuerlige skiftordninger på oljearbeidernes helse, familierelasjoner og sosiale forhold. Undersøkelsen ble gjennomført i samarbeid med Norsk Kunde. Utgangspunktet var rapporter fra Ledernes medlemmer om kortsiktige og langsiktige problemer knyttet til skiftarbeidet på olje- og gassinstallasjonene spesielt.

Deltakere i styringsgruppen for prosjektet i 2007 opplever at det fortsatt er knyttet mange utfordringer til skiftordningene. Nå, ti år etter den første undersøkelsen, har de også fått klarere oppfatninger om langsiktige virkninger av å arbeide nattskift mange dager i strekk i mange år. Både medisinske, psykiske og sosiale virkninger oppleves av mange. Derfor ønsket Lederne å få en ny undersøkelse som kan si noe om endringer siden 2007.

Arbeidsforskningsinstituttet ved Høgskolen i Oslo og Akershus har gjennomført en spørreundersøkelse blant Ledernes medlemmer i samarbeid med en arbeidsgruppe oppnevnte av styret i Lederne. Lederne har finansiert undersøkelsen.

2 Bakgrunn og problemstilling

Undersøkelsen fra 2007 viste at mange av de som jobbet *helkontinuerlige skift* (14 dager dag – 14 dager natt annenhver tur eller hele turnusen natt), *svingskift* (første uken natt – andre uken dag eller omvendt, eller annen skiftordning) eller *skiftordning* (to turer på dag eller en tur på natt). Mange opplevde at skiftarbeidet skapte utfordringer i familielivet, egen helse og sikkerheten på plattformene.

Siden 2007 har det også kommet noe forskning på skiftordninger i offshore virksomheter. I en oversiktsartikkel viser Parkes (2012) at det foreligger lite forskning på skift på 12 timer eller mer på sokkelen. Det gjelder også sammenhengen mellom lange skift, trøtthet, arbeidsprestasjoner og kontroll på eget arbeid. Hun viser at personell på offshore installasjoner utsettes for mange fysiske stressfaktorer, men at vi vet lite om virkningene av dem. Sammenhengen mellom mye nattarbeid og melatonin forstyrrelser er velkjent, men krever mer forskning for å utvikle tiltak. Berthelsen (et al 2015) fant at svingskiftarbeidere viser høyere grad av nevrotisme enn dagarbeider og at dette kom til syne i det psykososiale arbeidsmiljøet og mentalt stress. Også denne artikkelen peker på behov for mer forskning.

Dette er utgangspunktet for denne undersøkelsen. Vi reiser spørsmål om sammenhenger mellom arbeidstidsordninger og

- individuelle virkninger på søvn, helse, fritid og familierelasjoner og
- arbeidsvilkår, arbeidsforhold på sokkelen og forholdet mellom arbeid og helse.

Enkelte av medlemmene i Lederne som arbeider på sokkelen har beskrevet særlig mye nattarbeid over mange år som ødeleggende for søvnmonstre på en slik måte at det går utover psykisk helse. Særlig i overgangene mellom de ulike søvnrytmene opplever de stort ubehag, høyt irritasjonsnivå med påfølgende familie konflikter og sosialt stress.

Dette har tillitsvalgte i Lederne tatt opp i selskapene der de jobber, men lite er endret i de eksisterende arbeidstidsordningene. Det ser ikke ut til å skje noe verken i forskningen på feltet eller i praksis.

Nordsjødykkernes helseskader var kjent i mange tiår uten det fikk noen store konsekvenser. Et av siktemålene med denne rapporten er å initiere dialog mellom ledelse og tillitsvalgte på sokkelen om behovet for å sette inn tiltak av hensyn til medarbeideres helse, arbeidsmiljø og sosiale relasjoner.

3 Gjennomføringen av undersøkelsen i 2017

Spørreundersøkelsen ble sendt ut til 1749 medlemmer i Lederne som jobber innen sektoren olje og gass, samt 33 personer som registrerte sin e-postadresse for å melde seg på undersøkelsen. 675 personer som jobber på installasjoner på sokkelen svarte på undersøkelsen, noe som gir en svarprosent på 38%. Den reelle svarprosenten er høyere, siden mange av Ledernes medlemmer i olje og gass jobber på fastlandet, og dermed ikke er i målgruppen for denne undersøkelsen.

Temaet for undersøkelsen var «arbeidsforhold, søvn og helse ved skiftarbeid på plattform». Spørreskjemaet inkluderer spørsmål om arbeidstid, fysiske og psykososiale arbeidsforhold, forhold ved lugar og forpleining, hvile før og etter skift, det å snu fra dag til nattarbeid, søvn i arbeidsperiodene og på fritiden. Vi har også spurt om bruk av medisiner og andre hjelpemidler for å få sove både i arbeidsperioden og på fritiden. Sosiale forhold under friperiodene hjemme og helseforhold er også undersøkt.

Mange av spørsmålene er stilt separat for både nattskift og dagskift. Kun de som jobber nattskift fikk spørsmål om nattskift, og kun de som jobber dagskift fikk spørsmål om dagskift. De som jobber både dag- og nattskift svarte på begge deler av undersøkelsen. Spørsmålene om forhold på nattskift kom først i spørreskjemaet, etterfulgt av spørsmål om forhold på dagskift. Vi kan dermed si noe om hvordan nattarbeid skiller seg fra dagarbeid, ved å sammenligne svarene på spørsmålene for natt og dag i den samme gruppen arbeidstakerne. Vi kan også sammenligne ansatte som jobber både dag- og nattskift med de som jobber kun dag, når det gjelder demografiske kjennetegn og helse.

3.1 Trekk ved utvalget

Tabell 1: Kjønnsfordeling i Skiftundersøkelsen 2017

- 88 prosent av de som svarte er menn,
- 12 prosent er kvinner

I Norsk Ledelsesbarometer 2017 er det 86 prosent menn og 14 prosent kvinner i olje- og gassbransjen, men der er også landansatte i bransjen med. Kjønnsfordelingen i undersøkelsen virker rimelig.

Vi har spurt om hvor stor del av arbeidstiden de har jobbet offshore det siste året.

Tabell 2: Prosent av arbeidstiden offshore det siste året

- | | |
|-------------------------------------|-----------------------|
| • 75 – 100 prosent av arbeidstiden: | 87 prosent (586 svar) |
| • 50 – 74 prosent av arbeidstiden: | 5 prosent (35 svar) |
| • 25 – 49 prosent av arbeidstiden | 6 prosent (42 svar) |
| • 1 – 24 prosent av arbeidstiden | 2 prosent (12 svar) |

Vi har aldersfordelingen i skiftundersøkelsene både i 2007 og 2017.

Tabell 3: Aldersfordelingen i Skiftundersøkelsen 2017 og 2007

SKIFTUNDERSØKELSEN 2017		SKIFTUNDERSØKELSEN 2007
• Under 30	11 prosent	8 prosent
• 31 – 40	16 prosent	19 prosent
• 41 – 50	32 prosent	33 prosent
• 51 – 60	32 prosent	33 prosent
• Over 60	10 prosent	7 prosent

Vi ser at det er små forskjeller i aldersfordelingen fra 2007 til 2017, men den viktigste er at det er litt flere av de aller eldste og de aller yngste i 2017.

Tabellen under viser svarene i Skiftundersøkelsen 2007 og 2017 fordelt i stillingskategorier.

Tabell 4: Stillingskategorier og –fordeling etter stilling i 2017 og 2007

Skiftundersøkelsen 2017		Skiftundersøkelsen 2007
• Tekniker	59 prosent	75 prosent
• Ingeniør	3 prosent	1 prosent
• Operatør/borer	12 prosent	8 prosent
• Leder	18 prosent	8 prosent
• Kjemiker	- (1 person)	-
• Kontrollør	- (2 personer)	-
• Mekaniker	2 prosent	-
• Service/forpleining	1 prosent	-
• Annet	5 prosent	8 prosent

Sammensetningen av medlemmene i Lederne ser ut til å endre seg i olje og gass når vi sammenlikner skiftundersøkelsene i 2017 med tallene fra 2007. Det er særlig andelen ledere som har økt.

I Skiftundersøkelsen 2017 er mer enn halvparten av svarene fra medlemmer som jobber i Statoilsystemet. Resten fordeler seg på ganske jevnt på svært mange av bedriftene som har virksomhet på sokkelen. Vi har ikke selskapstilknytning i 2007, men vi vet at mange selskaper er avviklet, fusjonert eller kjøpt opp i perioden mellom undersøkelsene. Selskapsstrukturene endrer seg med produktutvikling, produksjonsutvikling og ikke minst svingninger i olje, gass og finansmarkedene. Fra 2007 til 2017 har det vært store omstillinger på norsk sokkel, ikke minst etter oljeprisfallet i 2014.

Tabell 5: Arbeidsområder og områdefordeling i 2017 og 2007

Skiftundersøkelsen 2017

- Prosess 65 prosent
- Boring 12 prosent
- Brønnservice 1 prosent
- Forpleining 18 prosent
- Kjemiker 1 prosent
- Konstruksjon/mod. 2 prosent
- Vedlikehold 12 prosent
- Kran/dekk 2 prosent
- Annet 4 prosent

Skiftundersøkelsen 2007

- 86 prosent
- 10 prosent
- 2 prosent
- 8 prosent
- 1 prosent
- 0,2 prosent
- 0,7 prosent
- 0,2 prosent
- 0,5 prosent

I tråd med endringene i stillingskategorier finner vi også endringer i arbeidsområder fra 2007 til 2017. Medlemmene ser ut til å flytte fra prosessarbeid til forpleining og vedlikehold.

Dette er svarene på bakgrunns spørsmålene om medlemmene i Lederne i de to undersøkelsene

4 Arbeidsforhold generelt

Tabell 6: Hvor mange år har du arbeidet skiftarbeid?

Antall år	2017	2007
0 – 1 år	2 %	1 %
2 – 5 år	3 %	5 %
6 – 10 år	13 %	14 %
11 – 20 år	33 %	35 %
Over 20 år	49 %	44 %

Hvor mange år medlemmene har arbeidet skift er ganske stabilt gjennom perioden, men det gjelder alle typer skiftarbeid på sokkelen. Vi har også forsøkt å fange opp endringer i ulike skiftordninger i perioden i tabellen under.

Denne undersøkelsen var rettet mot ansatte som jobber skift på plattform. Siden vi er spesielt interesserte i nattarbeid, har vi valgt å fokusere rapporten på de som jobber nattskift. De som jobber kun dagskift er interessant som sammenligningsgruppe i enkelte tilfeller, og de er også inkludert i undersøkelsen. Av det totale utvalget i 2017 jobber 54% helskift. 27% jobber fast dagskift, 12% jobber svingskift og 2% jobber fast nattskift. 6% svarte at skiftordningen deres varierer. 1% jobber forskjøvet skift. De to siste gruppene ble spurt om hvilke skift de jobber (dag, kveld, natt), og vi har kategorisert dem etter dette. Kategoriene var færre i 2007, men en sammenlikning kan likevel si noe om utviklingen.

Tabell 7: Endringer i arbeidstidsordningene fra 2007 til 2017

Arbeidstid	2017	2007
Fast dagskift	27 %	
Fast nattskift	2 %	
Helskift (14 natt/14 dag annenhver tur)	54 %	85 %
Svingskift med først 7 natt så 7 dag	8 %	5 %
Svingskift med først 7 dag så 7 natt	4 %	1 %
Forskjøvet skift	1 %	
Skiftordningen varierer	6 %	
Annet		9 %
TOTAL (n=)	675	427

Vi ser for at arbeidstidsordningene er endret i løpet av de siste ti årene. Den største endringen er etableringen av faste dag- og faste nattskift. Mer enn en av fire av medlemmene i Lederne er i fast dagskift. Fordelingen av Ledernes medlemmer innen de ulike kategoriene har også endret seg. Noe av forskjellene kan antakelig forklares at andelen medlemmer som er ledere har økt (tabell 4).

Gjennomgående i rapporten har vi skilt mellom de som jobber både dag- og nattskift (n=473), og de som jobber kun dagskift (n=190). Kun 12 personer jobber kun nattskift, og det er ikke en stor nok gruppe til at vi kan si noe om dem. 77 personer jobber svingskift. Disse er inkludert i kategorien som jobber både dag- og nattskift, men det kan også være interessant å se på dem separat. De er litt for få til at man kan dra slutninger fra denne gruppen til alle som jobber svingskift. Samtidig er det i enkelte sammenhenger interessant å se på disse spesielt. For at avvik mellom de som jobber svingskift og f.eks. helskift skal bli signifikante (statistisk holdbare) må forskjellene være veldig store.

Tabell 8 nedenfor viser fordelingen til de som jobber både dag- og nattskift, kun dag og svingskift hver for seg. Her vil vi kun beskrive kjennetegnene til de som jobber både dag og natt. Vi vil også nevne signifikante forskjeller på denne gruppen og de som jobber kun dag og svingskift. Signifikante forskjeller er vurdert gjennom å se på ikke-overlappende konfidensintervall. Blant de som jobber dag- og nattskift, jobber 77% helskift, 16% svingskift og 7% sier at skiftordningen varierer. Blant de som jobber svingskift, jobber 2 av 3 først 7 nattskift og så 7 dagskift, mens 1 av 3 jobber motsatt.

Det er 86% menn blant de som jobber både dag- og nattskift, og 14% er kvinner. Det er færre kvinner som jobber svingskift enn blant resten av de som jobber dag/natt. 30% av de som jobber både dag- og nattskift er 41-50 år, og 27% er 51-60 år. 19% er 31-40 år, og 14% er under 30 år. 10% er over 60 år. Blant de som jobber kun dag, er alderen noe høyere, og det er betydelig flere på mellom 51 og 60 år og betydelig færre under 40 år blant dagtidsarbeidere. Nesten halvparten har jobbet skiftarbeid i over 20 år, og en av tre har jobbet skift i mellom 11 og 20 år. Kun 18% av utvalget har jobbet skift i 10 år eller under.

Tabell 8: Utvalgets fordeling etter arbeidstid 1.

	Dag og natt	Kun dag	Svingskift
Kjønn			
Mann	86 %	93 %	95 %
Kvinne	14 %	7 %	5 %
Sum	100%	100%	100%
Alder			
Under 30	14 %	3 %	21 %
31-40	19 %	10 %	17 %
41-50	30 %	37 %	23 %
51-60	27 %	41 %	25 %
Over 60	10 %	9 %	14 %
Sum	100%	100%	100%
Antall år med skiftarbeid			
0-1 år	2 %	2 %	0 %
2-5 år	4 %	2 %	9 %
6-10 år	12 %	14 %	16 %
11-20 år	33 %	34 %	29 %
Over 20 år	49 %	48 %	47 %
Sum	100%	100%	100%
Arbeidstid			
Fast dagskift	0 %	94 %	0 %
Fast nattskift	0 %	0 %	0 %
Helskift (14 natt/14 dag hver 2. tur)	77 %	0 %	0 %
Svingskift med først 7 natt, så 7 dag	11 %	0 %	66 %
Svingskift med først 7 dag, så 7 natt	5 %	0 %	34 %
Forskjøvet skift	0 %	2 %	0 %
Skiftordningen varierer	7 %	4 %	0 %
Sum	100%	100%	100%
Antall	473	190	77

Blant dag/natt er 72% teknikere, 15% operatører, 6% ledere og 3% ingeniører. Andelen ledere er betydelig høyere blant de som jobber kun dag og svingskift med henholdsvis 44% og 29% ledere. Andelen mekanikere (6%) er også høyere blant de som jobber kun dag, samt kategorien «annet» (12%). Blant de som jobber svingskift er det flere operatører/borere (32%).

De fleste i kategorien dag/natt jobber i prosessområdet, mens 11% jobber med boring. De som jobber med boring har oftere svingskift. Blant ansatte som jobber svingskift, er det omtrent halvparten som jobber i Prosess (47%) og halvparten som jobber med boring (49%). Blant de som jobber kun dag, er det mer delt, med 38% på vedlikehold, 18% på prosess, 12% på boring, 7% på

kran/dekk, 5% på konstruksjon/modifikasjon, 4% i forpleining og 2% i brønnservice, samt 14% som svarer «annet».

De aller fleste har 100% stilling (97% av dag/natt), og de aller fleste i utvalget bruker 75-100% av sin arbeidstid offshore (89%).

Tabell 9: Utvalgets fordeling etter arbeidstid 2.

	Dag og natt	Kun dag	Svingskift
Stilling			
Tekniker	72 %	29 %	34 %
Ingeniør	3 %	3 %	4 %
Operatør/Borer	15 %	4 %	32 %
Kjemiker	0 %	1 %	0 %
Leder	6 %	44 %	29 %
Kontrollør	0 %	1 %	0 %
Mekaniker	0 %	6 %	0 %
Service/forpleining	1 %	1 %	0 %
Annet	2 %	12 %	1 %
Område			
Prosess	85 %	18 %	47 %
Boring	11 %	12 %	49 %
Brønnservice	1 %	2 %	1 %
Forpleining	0 %	4 %	0 %
Konstruksjon/modifikasjon	1 %	5 %	0 %
Vedlikehold	2 %	38 %	1 %
Kran/dekk	0 %	7 %	1 %
Annet	0 %	14 %	0 %
Sum	100%	100%	100%
Stillingsprosent			
100 %	97 %	98 %	100 %
75-99%	1 %	0 %	0 %
50-74%	2 %	1 %	0 %
25-49%	0 %	1 %	0 %
Under 25%	0 %	0 %	0 %
Husker ikke	0 %	0 %	0 %
Sum	100%	100%	100%
Andel av arbeidstid offshore			
75-100%	89 %	81 %	92 %
50-74%	4 %	7 %	3 %
25-49%	5 %	9 %	3 %
1-24%	1 %	3 %	3 %
Ingen tid i det hele tatt	0 %	0 %	0 %
Sum	100%	100%	100%
Antall	473	190	77

Som en del av sikkerhetsopplegget på sokkelen er det en høy organisering av ansvar for beredskap i tilfelle kritiske hendelser og ulykker. Beredskapsoppgavene er definert i ulike områder, og det gjennomføres øvelser for å trene hvis kritiske situasjoner oppstår.

Tabell 10: Beredskapsfunksjoner etter arbeidstid

Beredskapsfunksjon	Dag og natt 2017	Kun dag 2017	Svingskift 2017	Alle 2007
Livbåtfører	7 %	19 %	30 %	18%
Brannlag	47 %	5 %	9 %	49%
Mann over bord-båt	0 %	6 %	1 %	3%
Førstehjelp	9 %	20 %	12 %	17%
Helikopterlandingsoffiser	1 %	4 %	1 %	2%
Skadestedsledelse	22 %	3 %	8 %	18%
Beredskapsledelse	23 %	26 %	25 %	28%
Ingen	11 %	23 %	6 %	
Annet	26 %	9 %	48 %	31%

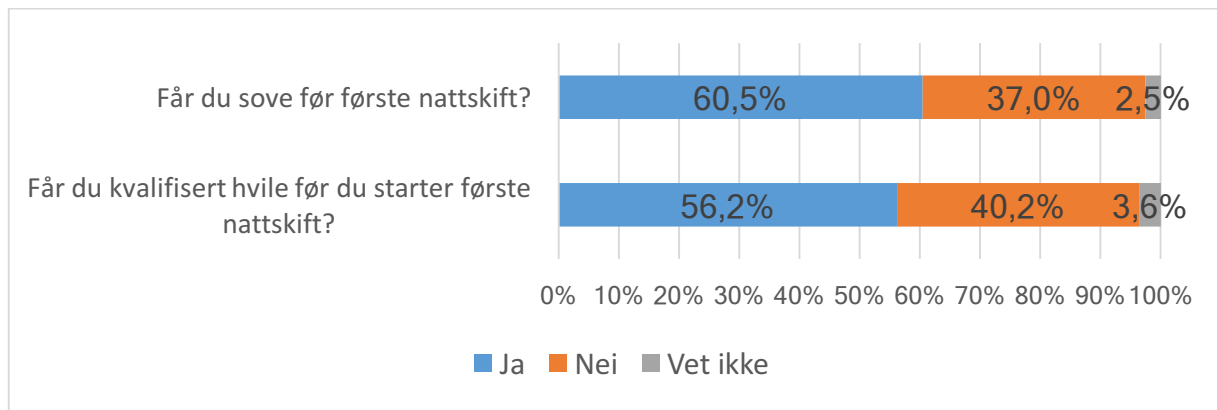
Tabellen over viser hvordan beredskapsoppgavene er fordelt mellom de ulike gruppenes arbeidstid. Kolonnen helt til høyre viser svarene fra Skiftundersøkelsen 2007. Det er store forskjeller i hva slags beredskapsoppgaver de ansatte har etter hvilken arbeidstid de har. Nesten halvparten av de som jobber både dag og natt er organisert i Brannlag. Omtrent hver fjerde av dem er med i enten Skadestedsledelse eller Beredskapsledelse.

5 Å snu døgnet

De medlemmene i Lederne som arbeider mye nattskift beskriver det å snu døgnrytmene som det største problemet. Dette støttes av forskningen på feltet (Fossum et al 2013, Lie et al 2014, Parkes 2012, Berthelsen et al 2015). I Skiftundersøkelsen 2017 har vi flere spørsmål om det å snu døgnet:

5.1 Søvn og hvile

Denne figuren viser svarene på spørsmål Q 14 og Q 15 i boksen ovenfor.



Figur 1: Hvile før første nattskift. De som jobber dag og natt (n=473)

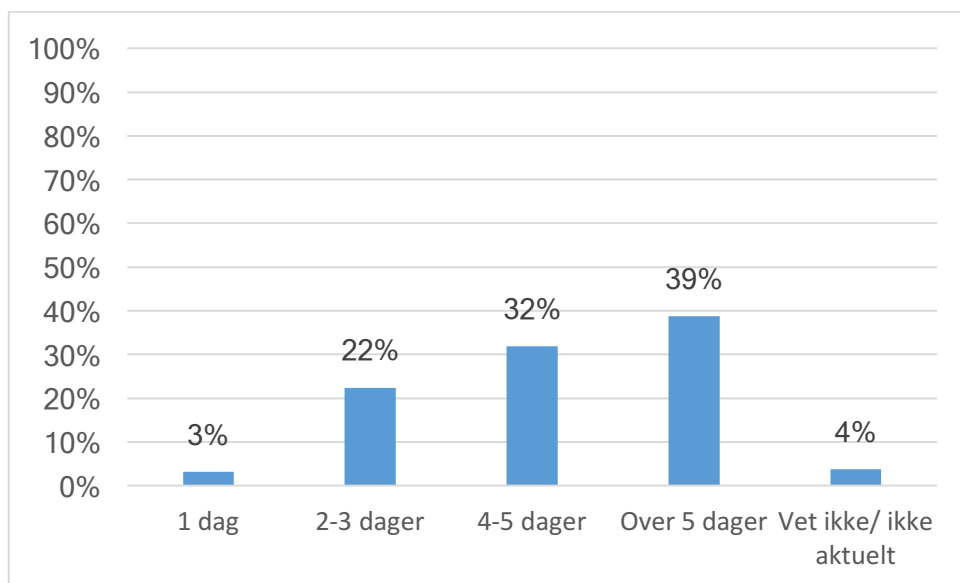
37 prosent av de som jobber både dag- og nattskift svarer nei på spørsmålet om de får sove før første nattskift, og 40 prosent av dem sier de ikke får kvalifisert hvile før de starter første nattskift

Blant de som jobber både dag- og nattskift spurte vi hvilken type skift de jobbet på forrige tur. De som jobbet nattskift på forrige tur (n=188) var i snitt våkne i 9 timer før de gikk på vakt mens de som jobbet dagskift (n=187) var våkne i 7 timer i gjennomsnitt. Denne forskjellen er signifikant.

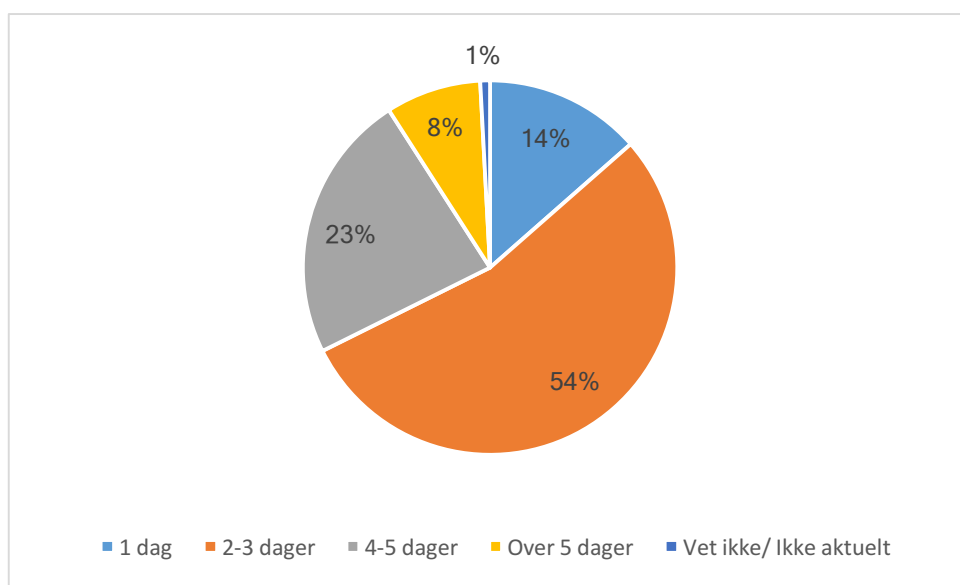
5.2 Å snu døgnrytmen

Å snu døgnet fra dagrytme til nattrytme og tilbake igjen tar tid. Figur 2 viser svarene på spørsmål om hvor lang tid de bruker på å snu rytmen. Av de som jobber både dag- og nattskift sier

- 54 prosent at de bruker 2 – 3 dager på å snu rytmen
- 23 prosent bruker 4 – 5 dager
- 14 prosent bruker 1 dag
- 8 prosent bruker over 5 dager
- 1 prosent vet ikke/ikke aktuelt



Figur2: «Hvor mange dager trenger du for å hente deg inn når du kommer hjem fra nattskift?» Blant de som jobber dag- og nattskift (n=473).

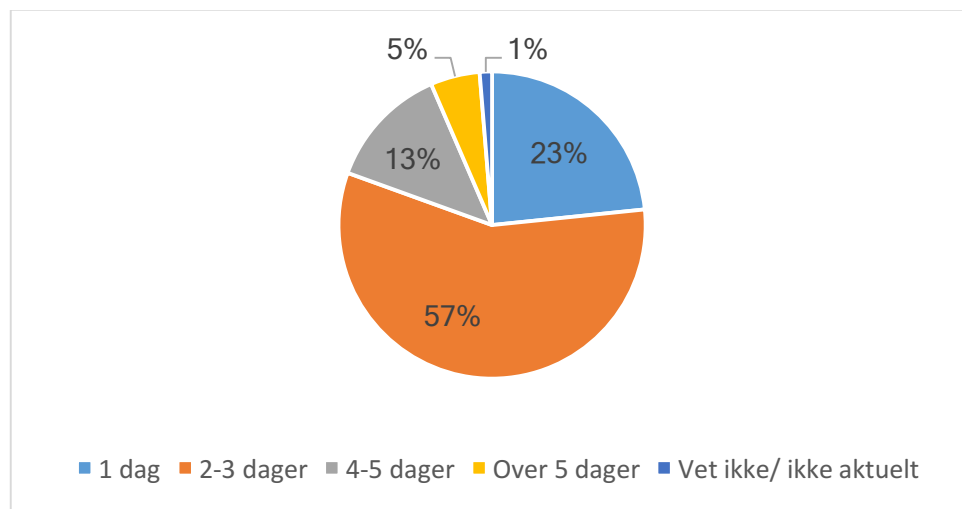


Figur 3: "Hvor lang tid går det før du føler at du fungerer som normalt når du starter nattskiftperioden?" Blant de som jobber dag- og nattskift (n=473)

Når vi ber de som jobber *svingskift* om å vurdere hvor lang tid det tar å komme inn i ny rytme når de svinger midt i turen, svarer

- 57 prosent at det tar 2 – 3 dager
- 23 prosent svarer at det tar 1 dag
- 13 prosent svarer at det tar 4 – 5 dager
- 5 prosent sier det tar over 5 dager
- 1 prosent vet ikke/ikke aktuelt

De som jobber svingskift bytter fra dag- til nattskift eller motsatt midt i turen, etter 7 dager. Av de som har svart jobber to av tre først 7 nattskift, etterfulgt av 7 dagskift. Det er ikke signifikante forskjeller på hvordan de med ulike svingskift svarer på dette spørsmålet.



Figur 4: "Når du svinger midt i turen, hvor lang tid tar det å komme inn i ny rytme?" De som jobber svingskift (n=77)

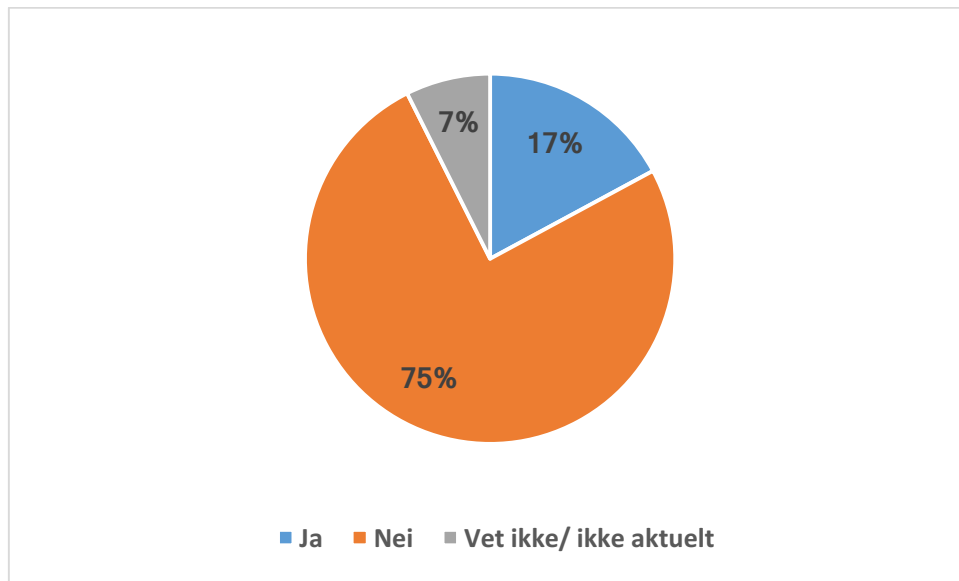
Sammenlikner vi figur 2 og 3 ser vi at det ser ut til å være tyngre å finne rytmen med dag- og nattskift enn det er med svingskift. 23 prosent av de med dag og nattskift bruker 4 – 5 dager, mot 13 prosent blant de som jobber svingskift. Denne forskjellen er signifikant.

Noen viktige konklusjoner kan trekkes:

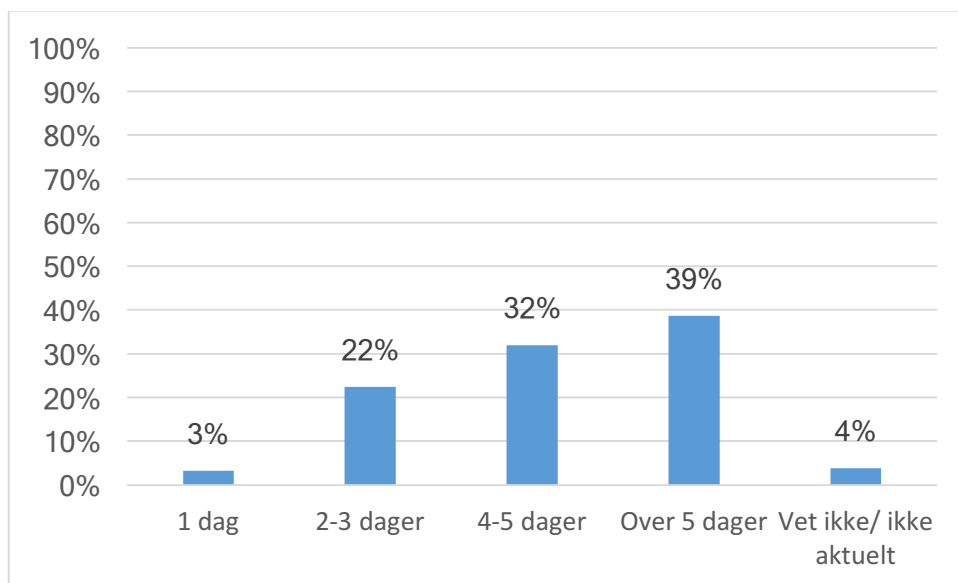
1. Mer enn tre av fire bruker 2 eller flere dager på å komme inn i ny rytme og
2. Det er mye verre å jobbe mye nattskift
3. De som jobber både dag- og nattskift at de bruker i gjennomsnitt 4 dager på å hente seg inn når de kommer hjem fra nattskift. 39% svarer at de bruker over 5 dager, 32% svarer at de bruker 4-5 dager, 22% at de trenger 2-3 dager, og kun 3% at de trenger 1 dag på å komme seg.

5.3 Å snu etter nattskift

3 av 4 sier at de ikke får nok hvile eller søvn før hjemreise når de avslutter turen med nattskift. 17 prosent sier de får nok hvile og 7 prosent svarer "vet ikke".



Figur 5: «Får du nok søvn/hvile før hjemreise når du avslutter turen med nattskift?» Blant de som jobber både dag- og nattskift (n=473)

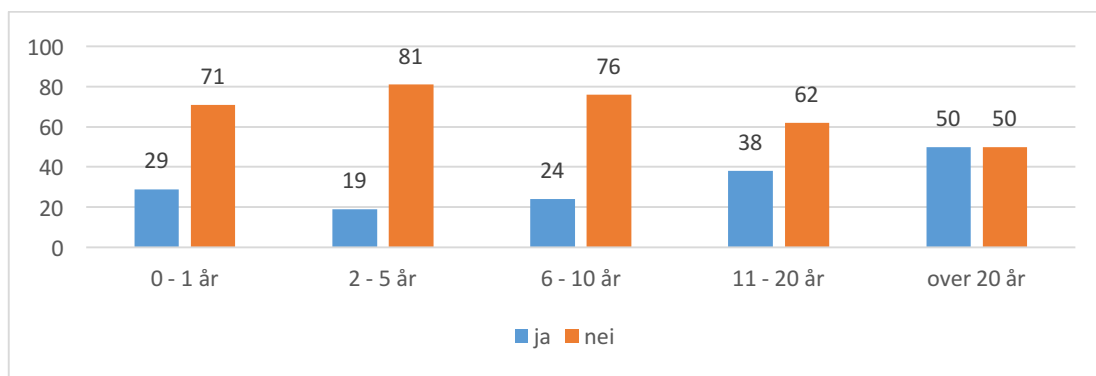


Figur 61: «Hvor mange dager trenger du for å hente deg inn når du kommer hjem fra nattskift?» Blant de som jobber dag- og nattskift (n=473).

Til sammen 71 prosent trenger fire dager eller mer for hente seg inn etter nattskift.

5.4 Det blir ikke bedre av å jobbe skift lenge

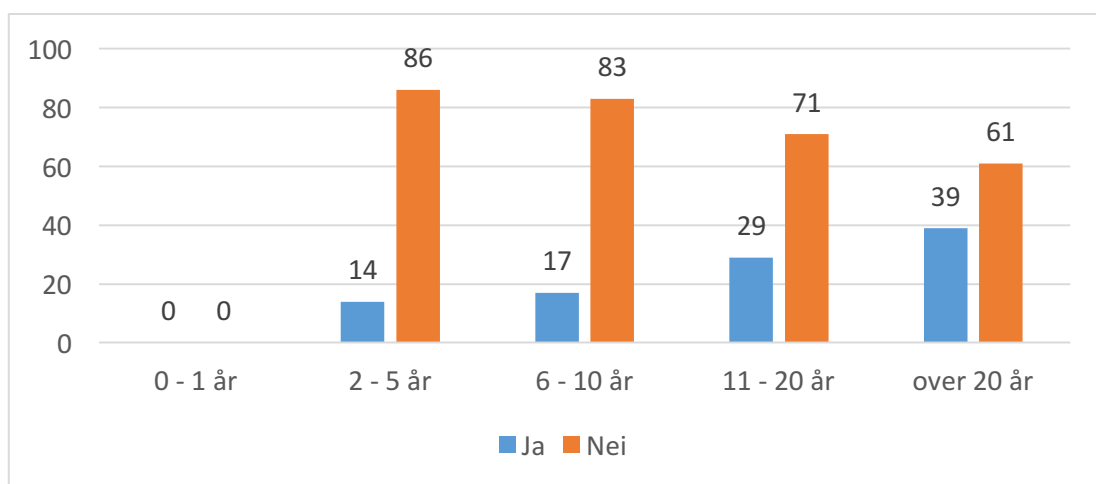
I det følgende har vi undersøkt om det er sammenhenger mellom hvor lenge oljearbeidere har jobbet dag og nattskift og hvordan de opplever det å snu døgnet.



Figur 7: «Får du kvalifisert hvile før du starter første nattskift?» fordelt etter antall år som skiftarbeider (n= 469, vet ikke ekskludert) bare de som jobber dag og nattskift.

Ut fra denne figuren kan vi trekke en konklusjon om at det ikke hjelper å ha jobbet skift lenge. Man klarer ikke å tilpasse seg disse skiftordningene selv etter 11 år.

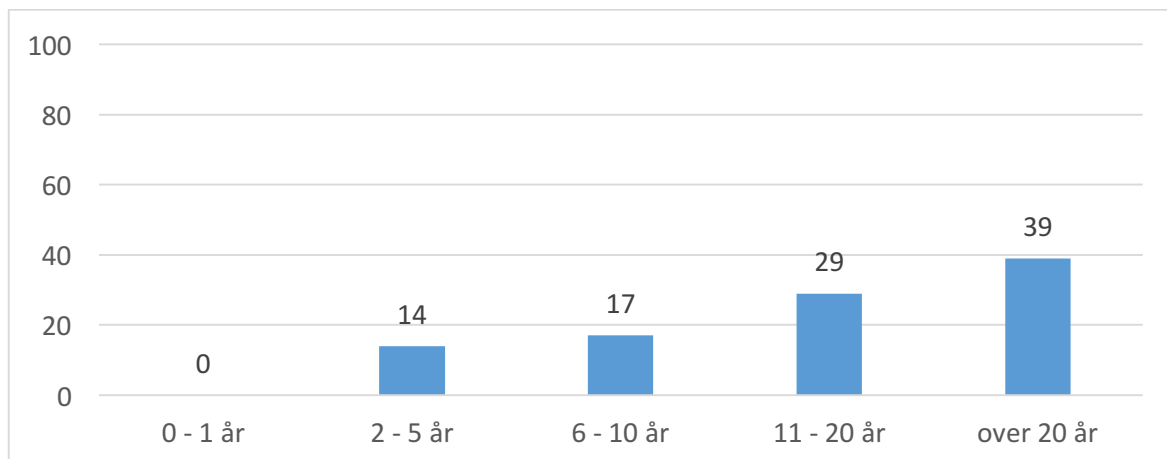
For de som jobber svingskift ser denne sammenhengen annerledes ut. Her tar vi forbehold om at det bare er 76 personer i undersøkelsen som sier de jobber svingskift, og dette er en litt liten gruppe å fordele på kategoriene. Sammenhengene er ikke like signifikante.



Figur 8: «Får du kvalifisert hvile før du starter første nattskift?» fordelt etter antall år som skiftarbeider (n= 76, vet ikke ekskludert) bare de som jobber svingskift.

Det er ingen i svingskiftgruppa som svarer at de har jobbet 0 – 1 år. Det er færre svingskiftarbeidere enn dag-/nattskiftarbeidere som sier de får kvalifisert hvile før første nattskift. Dette kan ha noe med skiftturnusene å gjøre.

Figuren på forrige side viste at det første året som skiftarbeider er vanskelig, men både figur 7 og figur 8 ovenfor viser også at jo lengre du har jobbet dag og nattskift jo flere er det som sier de får kvalifisert hvile før nattskiftet. Dermed kan vi anta at folk venner seg til ordningene, men det kan også være et uttrykk for resignasjon, for selv blant de som har jobbet lengst i skift sier *halvparten* at de ikke får kvalifisert hvile. Det er ikke akkurat en indikasjon på at det er mulig å tilpasse seg dag/natt skift over tid. Deretter har vi undersøkt om det å jobbe lenge i disse skiftordningene gjør det lettere å snu døgnrytmen: hvor lang tid dag- og nattskiftarbeidere bruker på å «snu fra dag – til nattskift». Figuren nedenfor viser dette.



Figur 9: Prosentandeler som svarer «4 dager eller mer» på spørsmålet «Hvor lang tid går det før du føler at du fungerer som normalt når du snur fra dag til nattskift?» fordelt etter antall år som skiftarbeider (n= 469, vet ikke ekskludert) bare de som jobber dag og nattskift. (gamma= 0,2, sign. .002)

Hovedkonklusjonen fra denne figuren er at jo lengre du jobber skift, jo større andel er det som sier at de bruker 4 dager eller mer på å snu rytmen. Med andre ord: jo flere år du har jobbet dag/nattskift, jo større er problemene med å snu døgnrytmen. Denne figuren helt entydig.

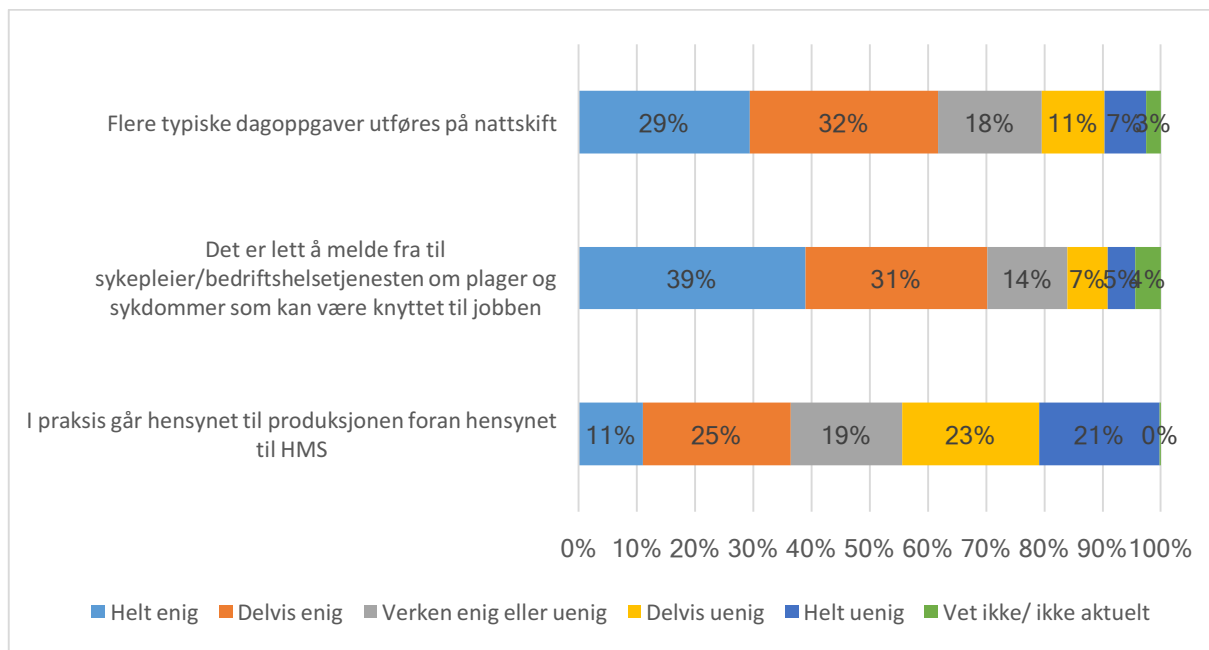
Nesten halvparten av svingskiftarbeidere har jobbet skift i 20 år eller mer (36 stykker). Av disse er det 30 prosent som sier de trenger 4 dager eller mer for snu rytmen fra dag til natt.

Evnen til å snu døgnnet ser ut til å bli dårligere jo lengre du har jobbet skift, enten du jobber dag-/nattskift eller svingskift. Svingskift ser ut til score noe lavere, men fortsatt høyt sammenliknet med dag/nattskiftarbeidere.

6 Arbeidsforhold på nattskift versus dagskift

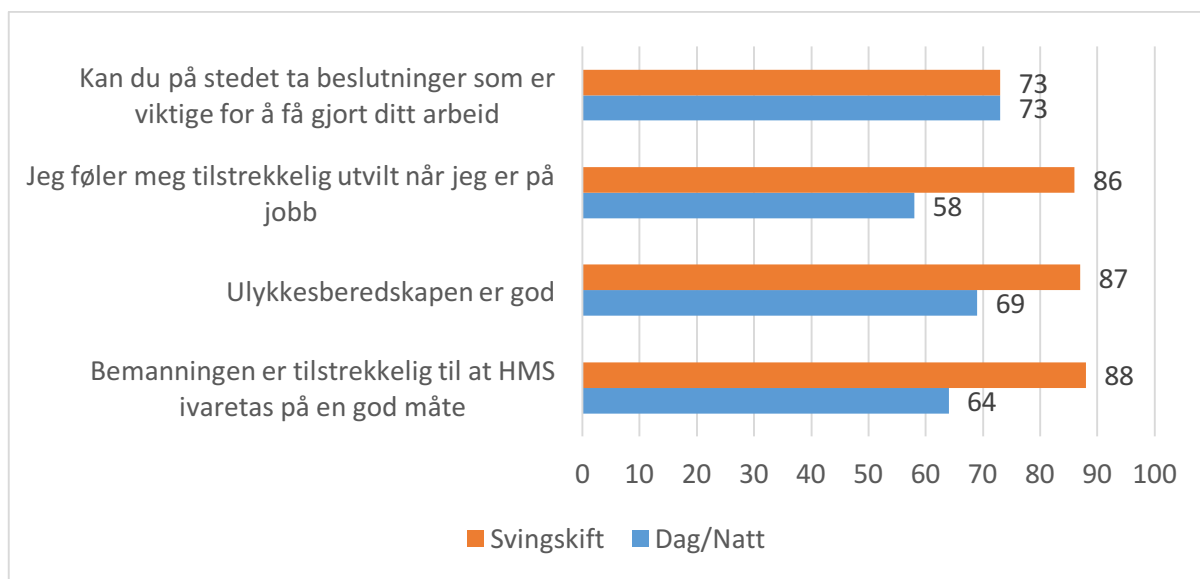
6.1 Generelle arbeidsforhold

Arbeidsforholdene på de ulike skiftene vil avhenge av fordelingen av arbeidsoppgaver, arbeidsmiljøet, den generelle arbeidsorganiseringen og gjensidige plikter og rettigheter på arbeidsplassene. På arbeidsplasser med skiftordninger blir det ofte diskusjoner om når ulike oppgaver skal utføres. Figuren nedenfor viser noen generelle trekk ved arbeidsforholdene slik de oppfattes av de som jobber dag-/nattskift på sokkelen.



Figur 20: "Basert på erfaringer fra din arbeidsplass, angi hvor enig eller uenig du er i de ulike utsagnene". Blant de som jobber både dag- og nattskift (n=473)

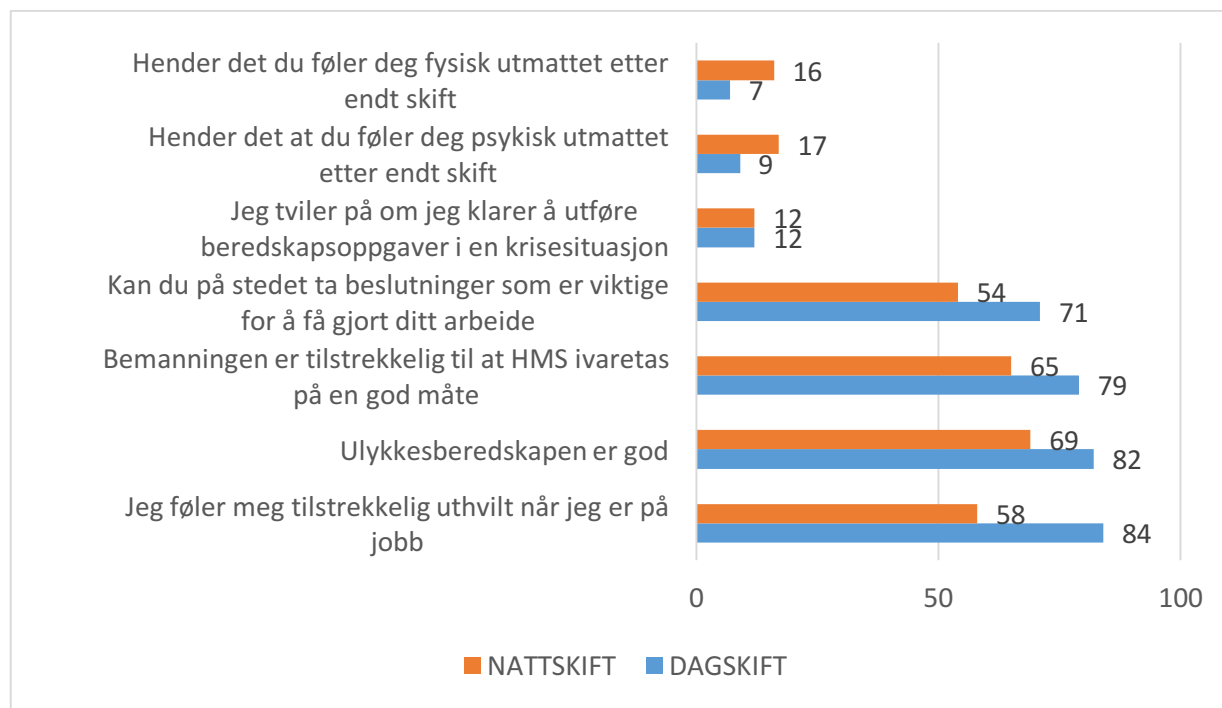
Figuren nedenfor viser prosentandeler som svarer Helt enig/delvis enig eller Meget ofte/alltid på påstandene om forhold på nattskift. Figuren sammenlikner dag-/nattskiftarbeideres og svingskiftarbeideres oppfatninger om arbeidsforhold på nattskift.



Figur 11: Andel som svarer Helt enig/Delvis enig eller Meget ofte alltid/Nokså ofte(score 5 + 4 på en skala fra 1 – 5) på påstandene i figuren. Dag/natt skiftarbeidere (n=476-473 og Svingskiftarbeidere (n=77 -73)

Her finner vi store og signifikante forskjeller i oppfatningene hos dag-/nattskiftarbeidere og svingskiftarbeidere. Svingskiftarbeidere svarer langt mer positivt på alle påstandene enn det Dag/nattskiftarbeidere gjør. Påstandene i denne figuren handler om en overordnet tillit til arbeidsplassen og måten den fungerer på. Vi tror disse svarene henger sammen med en generell opplevelse av å være mer isolert fra det daglige arbeidet, være overlatt til eget ansvar om noe skulle skje og samtidig en svakere opplevelse av å ha innflytelse på situasjoner og arbeidsoperasjoner enn

det svingskiftarbeidere har. Dette kan ha noe med fordeling av driftsoppgavene mellom skiftene i forhold til de tilgjengelige ressursene i operasjonene å gjøre. På samme måten finner vi store forskjeller i oppfatningene om arbeidsforholdene på henholdsvis dag og nattskift blant dag-/nattskiftarbeidere, slik figur 8 viser.



Figur 12: Oppfatninger om forskjeller på å jobbe dag og nattskift: prosentandeler som er helt enige/delvis enige eller svarer Meget ofte/ofte på påstandene (Scorer 4 + 5 på skala fra 1 – 5), bare de som jobber både dag- og nattskift (n=473)

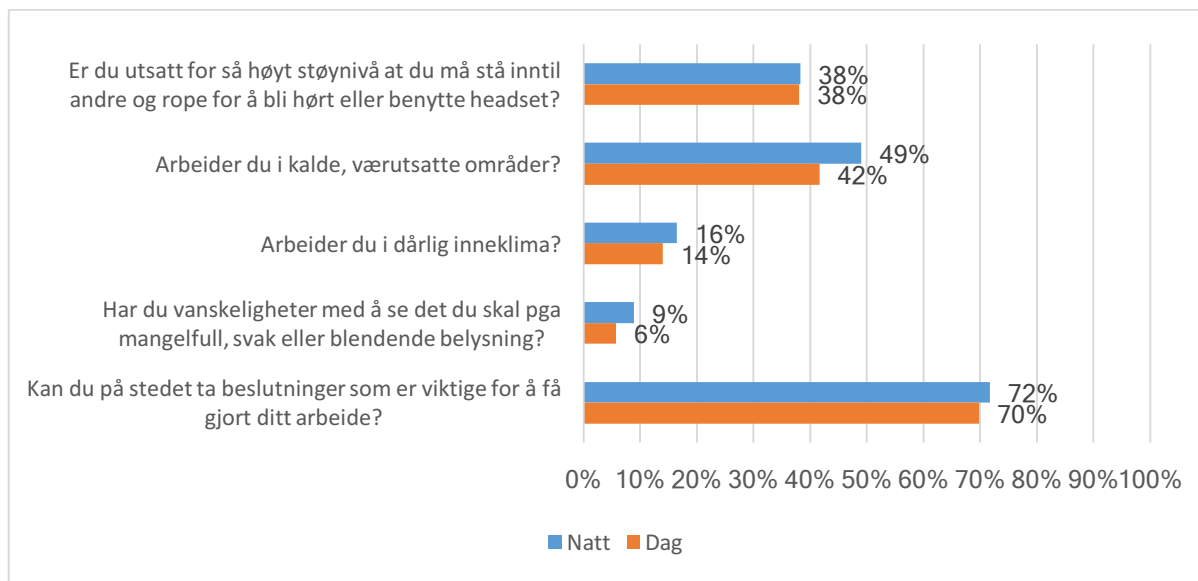
Figur 12 viser signifikante forskjeller i oppfatningene om det å jobbe dagskift sammenliknet med nattskift, med ett unntak: oppfatningene om å klare å utføre beredskapsoppgaver i en krisesituasjon. På samme måten finner vi store forskjeller i oppfatningene om forpleiningen på dag- og nattskift blant dag- og nattskiftarbeiderne, slik figur 9 viser. Treningsmulighetene på natt- og dagskift er det det eneste dag-/nattskiftarbeidere opplever likt på dagskift og nattskift. Ellers vurderer de alle forpleiningsforholdene som dårligere på nattskiftet enn på dagskiftet.

6.2 Fysisk og psykososialt arbeidsmiljø

Grafen under viser hvordan skiftarbeiderne vurderer noen aspekter ved sitt fysiske og psykososiale arbeidsmiljø på dagskift og nattskift. Oppsummert, er det ingen forskjeller av betydning på hvordan det fysiske arbeidsmiljøet oppfattes på dag- og nattskift.

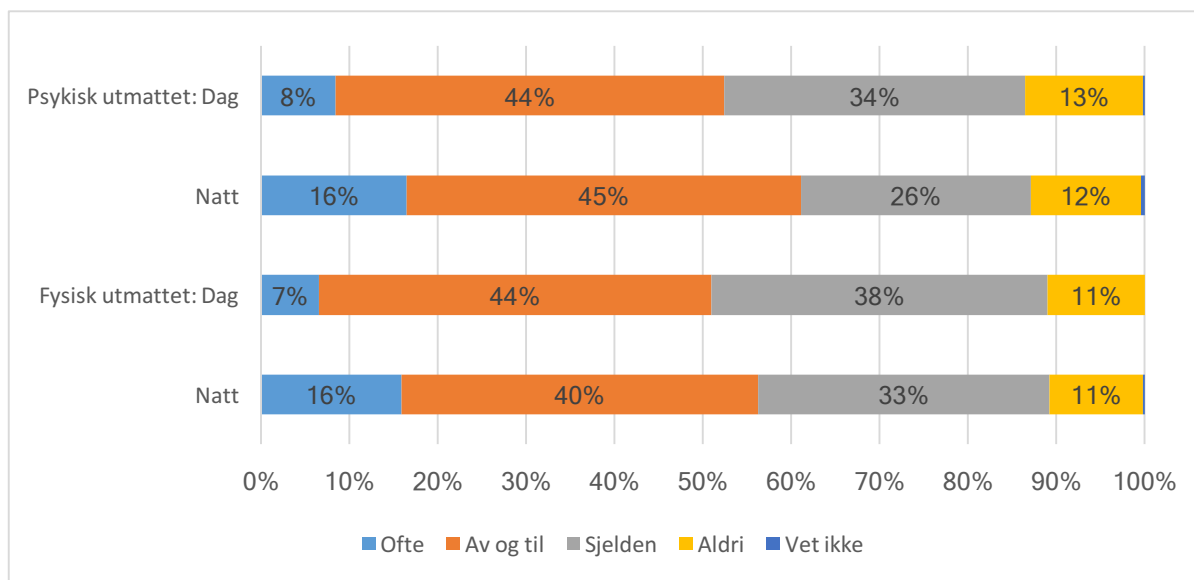
Når det gjelder høyt støynivå, er det 38% som svarer at de nokså ofte eller meget ofte eller alltid må stå inntil andre og rope for å bli hørt eller benytte headset. Det er 49% på natt og 42% på dag som svarer at de arbeider i kalde, værutsatte områder. Henholdsvis 14% og 16% svarer at de på dag og natt jobber i dårlig inneløst klima. Videre er det henholdsvis 6% og 9% på dag og natt som sier at de har vanskeligheter med å se det de skal pga. mangelfull, svak eller blendende belysning.

Henholdsvis 70% og 72% som svarer at de på dag og natt på stedet kan ta beslutninger som er viktige for å få gjort sitt arbeid, altså liten forskjell.



Figur 13: "Hvordan opplever du de ulike forholdene når du jobber...". Blant de som jobber både dag- og nattskift (n=473)

Ett skift på sokkelen varer for de fleste i 12 timer. Dette er betydelig lenger enn en vanlig arbeidsdag på fastlandet, på 8 timer inklusive matpause. Det er derfor ikke overraskende at andelen som rapporterer om fysisk og psykisk utmattelse er relativt høy. Til sammen 61% rapporterer at de ofte eller av og til føler seg psykisk utmattet etter endt nattskift. Tilsvarende tall for dagskift er 52%. Det er dobbelt så mange som svarer at de ofte føler seg psykisk utmattet etter endt nattskift (16%) enn etter endt dagskift (8%), og forskjellen er statistisk signifikant. Når det gjelder fysisk utmattelse, er det 56% som sier at de ofte eller av og til føler seg fysisk utmattet etter endt nattskift, mens 51% svarer det samme på spørsmål om dagskift. Også når det gjelder fysisk utmattelse er det betydelig flere som ofte føler seg fysisk utmattet etter endt nattskift enn etter endt dagskift.



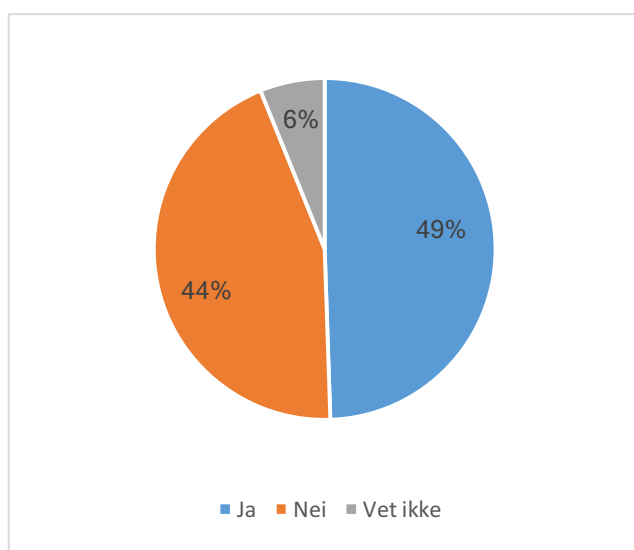
Figur 14: «Hender det at du føler deg fysisk eller psykisk utmattet etter endt ...skift?». Blant de som jobber både dag- og nattskift (n=473)

6.3 Opplevd risiko

Under er det listet opp noen utsagn som omhandler opplevelsen av risikofaktorer ved arbeidet. Vi har bedt skiftarbeiderne om å vurdere disse forholdene når de jobber nattskift og dagskift på to ulike steder i spørreskjemaet, og sammenlignet svarene i figuren under.

Det er betydelig flere som svarer at de er helt enige i at bemanningen er tilstrekkelig til at HMS ivaretas på en god måte på dag enn på nattskift. Det er også betydelig flere som sier seg helt enig i at ulykkesberedskapen er god på dag enn på natt. Når det gjelder vurderingen av egen evne til å utføre beredskapsoppgaver, er det ingen forskjell på andelen som er enige i at de kan ivareta disse på dag og nattskift. Dette på tross av at det er færre som er helt eller delvis enige i at de føler seg tilstrekkelig uthvilte når de jobber nattskift enn når de jobber dagskift. (se figurer foran).

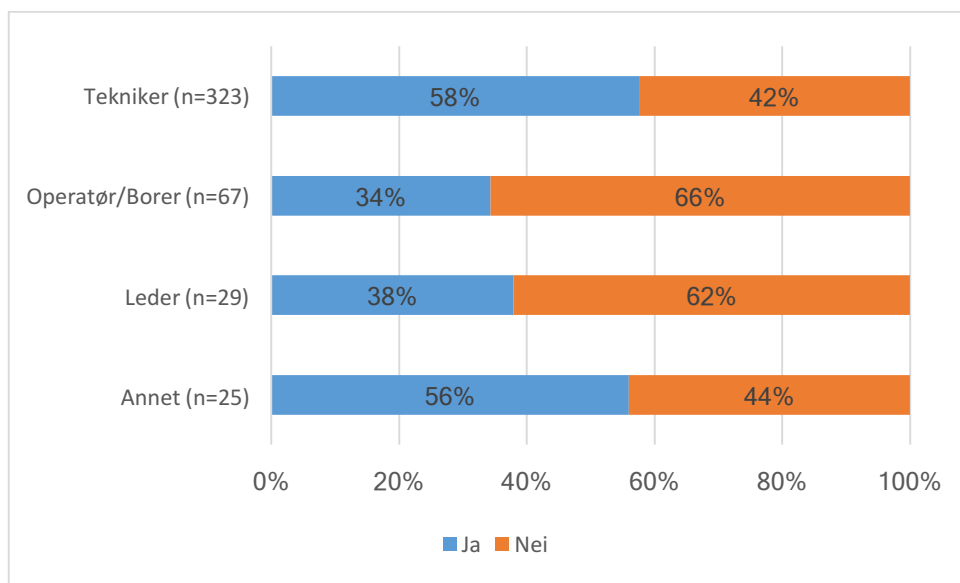
På direkte spørsmål om hvorvidt skiftarbeiderne opplever nattarbeid som mer risikofyllt enn dagarbeid, er det omtrent like mange som svarer ja (49%) som svarer nei (44%).



Figur 15: "Opplever du nattskift/skiftarbeid som mer risikofyllt enn dagarbeid?". Kun de som jobber både dag og nattskift (n=473)

Ser vi på undergrupper basert på stilling, er det signifikante opplevde risikoforskjeller mellom dag og nattarbeid. Blant operatører/borere og ledere er det henholdsvis 34% og 38% som svarer at de opplever nattskift som mer risikofyllt enn dagarbeid. Blant Teknikere og andre stillinger er det henholdsvis 58% og 56% som svarer ja.

I følge Ledernes medlemmer i olje og gassbransjen er bemanningen på nattskift betydelig lavere enn på dagtid sett i forhold til oppgaven som skal utføres.



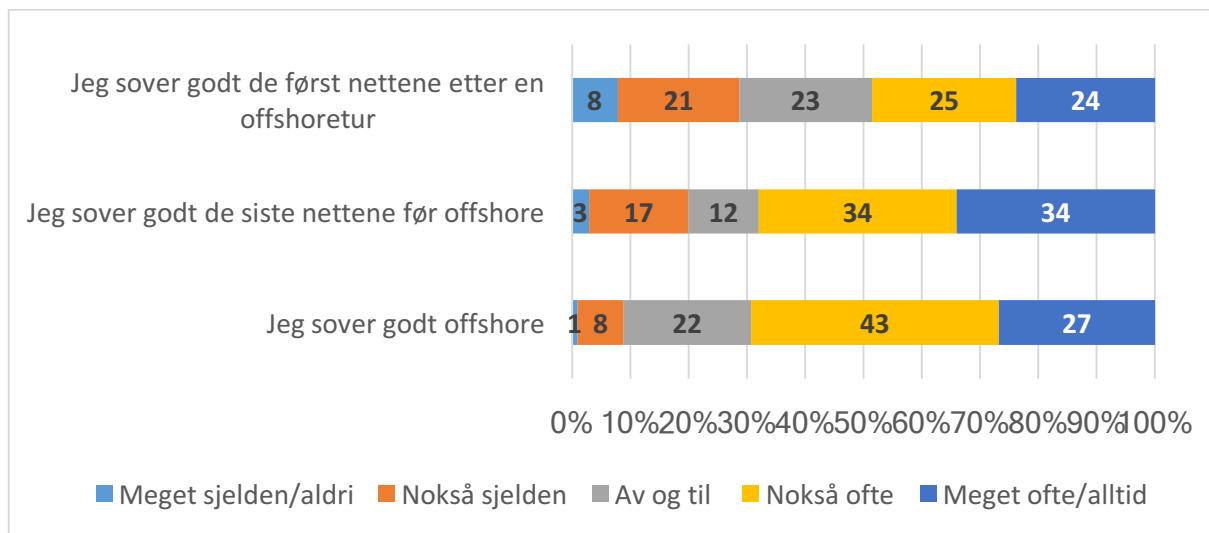
Figur 16: "Opplever du nattskift/skiftarbeid som mer risikofylt enn dagarbeid?". Fordelt etter stilling. «Vet ikke» er utelatt fra totalen.

I et oppfølgingsspørsmål til de som svarte «Ja» på at de opplever nattskift som mer risikofylt enn dagarbeid ba vi dem begrunne hvorfor. Her er noen av svarene på dette åpne spørsmålet.

- ✓ «Alene ute på jobb, skulle vært 2»
- ✓ «Arbeider alene med fysisk krevende arbeid på Hydrokarbonførende systemer, også på skiftedag og først nattskift. Stor risiko når man er kjempetrøtt på første nattskift.»
- ✓ «Du har særlig en periode fra 03 – 05 hvor du er trøttere enn ellers.»
- ✓ «De første 2 – 3 dagene før snuing til natt er over.»
- ✓ «Alle er ikke like klare i hodet på natt»
- ✓ «Alle er ikke like uthvilt. Forskjellige mennesker har ulik søvnkvalitet»
- ✓ «Det er lagt veldig mye rutinearbeid på nattskiftet inkl klarering av utstyr.» «Det krever større konsentrasjon og fokus»

6.4 Søvn og hvile

Mulighetene for nok søvn og hvile er viktig for å motvirke negative helseeffekter av skiftarbeid, og for å opprettholde funksjonsevnen. Figuren under oppsummerer svar på spørsmål som har med kvaliteten på hvile og søvn å gjøre.

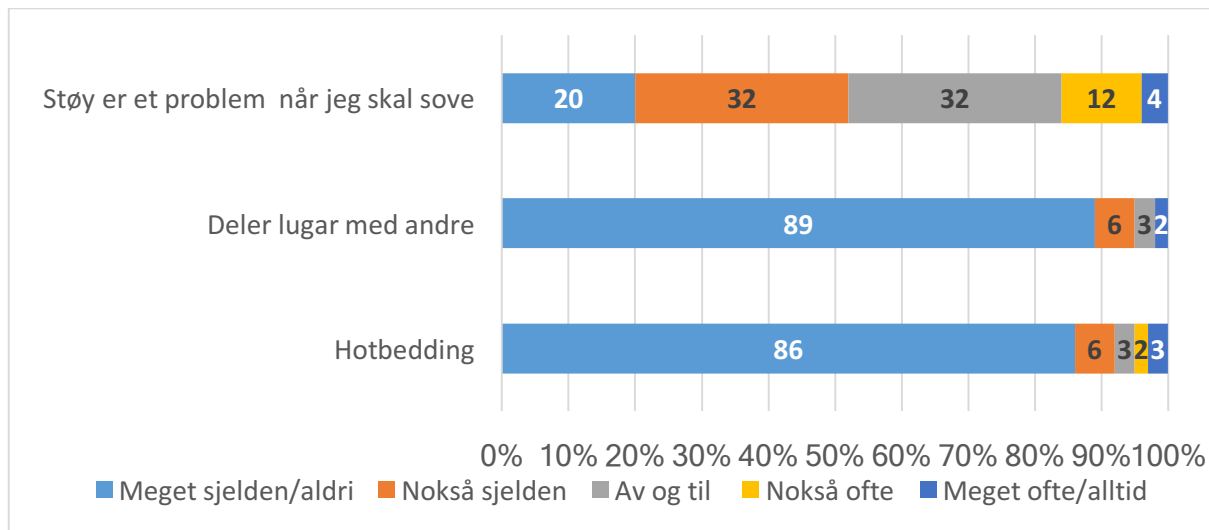


Figur 17: Søvnkvalitet for de som jobber dag-/nattskift (n=473)

Figuren viser at

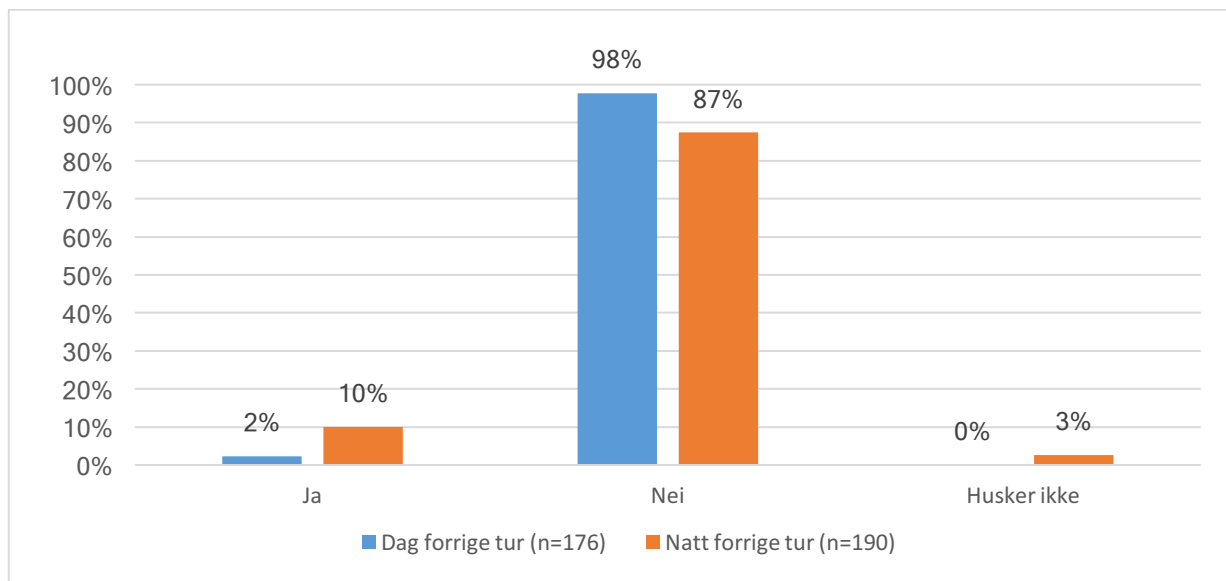
- 9 prosent ikke sover godt når de er offshore
- 20 prosent ikke sover godt før de skal ut på sokkelen og
- 29 prosent ikke sover godt de første nettene når kommer hjem

Figur 17. viser noen fysiske forhold knyttet til søvn.



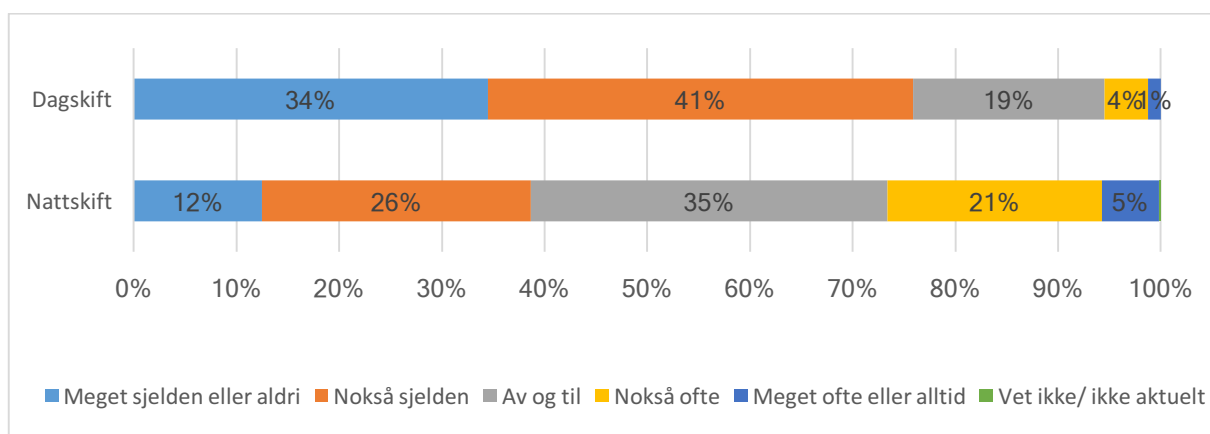
Figur 18: Fysiske forhold i forbindelse med søvn for de som jobber dag-/nattskift (n=473)

Vi ser at verken det å dele lugar med andre eller «hotbedding» foreløpig er særlig utbredt blant de som jobber dag-/nattskift. Det er noen flere som svarer Meget sjelden/aldri blant de som jobber svingskift. Støy er et problem 16 prosent av de som jobber dag-/nattskift.



Figur 19: "Ble du i løpet av siste offshoretur vekket på fritiden for å utføre en arbeidsoppgave?". Blant de som jobber dag- og nattskift, fordelt på type skift forrige tur.

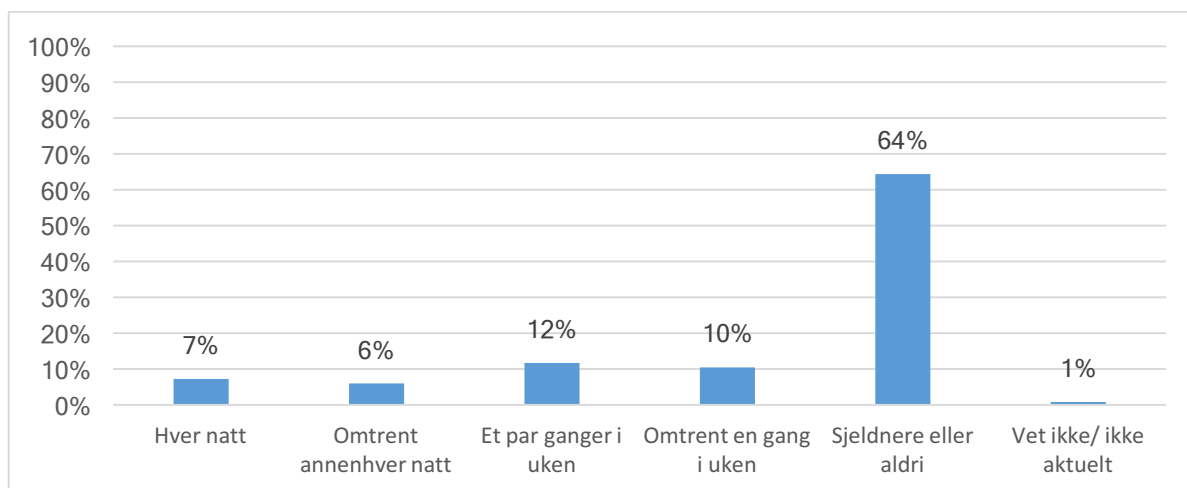
Blant de som jobber både dag- og nattskift, har vi spurt hvilken type skift de jobbet forrige tur. Deretter svarte de på noen spørsmål om arbeidstid og søvn ved forrige tur. Vi kan dermed sammenligne forholdene på dag- og natt for disse to gruppene som ellers er like. 10% av de som jobbet natt forrige tur ble vekket på fritiden for å utføre en arbeidsoppgave, mens det samme tallet for de som jobbet dag er 2%. Denne forskjellen er signifikant. Å bli vekket på fritiden er altså noe som oppleves oftere når man jobber natt, enn dagskift, til tross for at det er flere folk på jobb på dagtid.



Figur 20: "Hvor ofte er det sjenerende støy i din lugar i dine friperioder når du går...". Blant de som jobber både dag- og nattskift (n=473)

Det er betydelig flere som svarer at det av og til, nokså ofte eller meget ofte eller alltid er sjenerende støy i lugaren i friperiodene når de går nattskift enn dagskift. På nattskift er det 26% som svarer at det er sjenerende støy nokså ofte, meget ofte eller alltid, mens tilsvarende tall for dagskift er 5%.

Det er 33% som sier at de har muligheter til å ta seg en høneblund/powernap i løpet av nattskiftet ved behov. 57% svarer at de ikke har muligheter til dette, og 10% at de ikke vet. Blant den tredelen som har mulighet, benytter de færreste seg av dette. 64% svarer at de sjeldnere enn ukentlig eller aldri tar seg en høneblund, mens 35% svarer at de gjør det omtrent en gang i uken eller oftere.



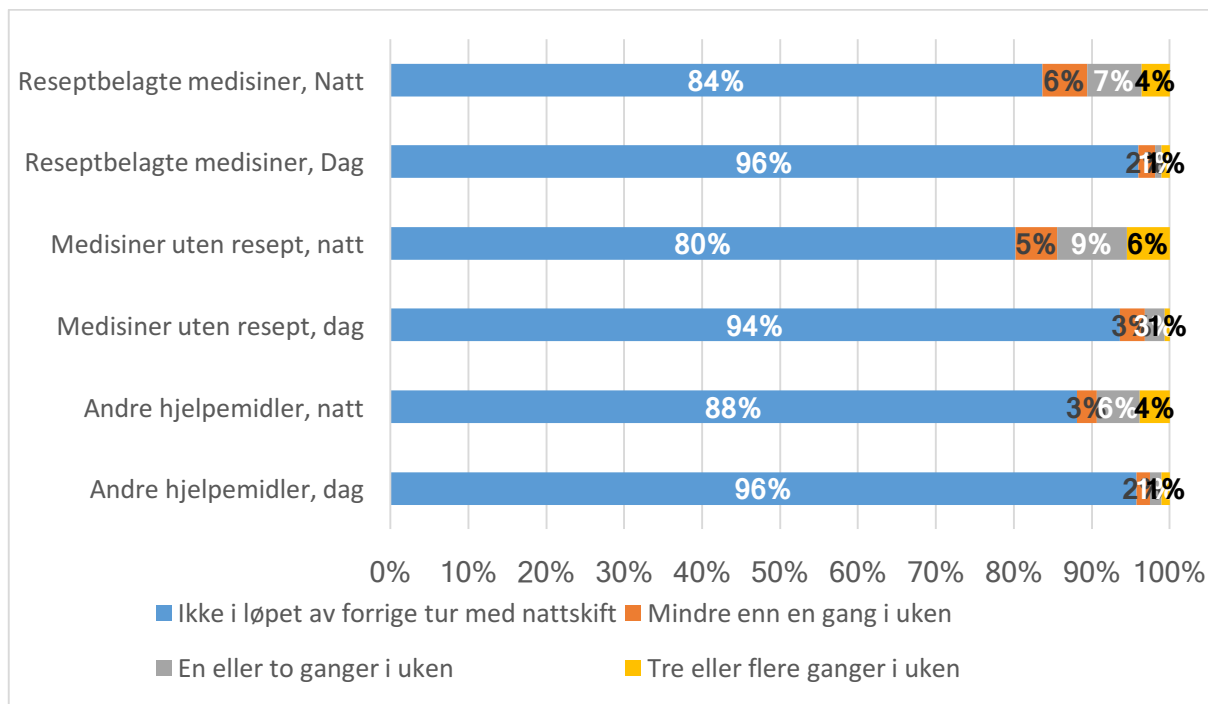
Figur 21 "Hvor ofte tar du en høneblund/powernap i løpet av nattskiftet?" Blant de 33% som sier at de har muligheten. Kun ansatte som jobber både dag- og nattskift (n=154)

På land er det etablert stellerom som gjør det mulig å ta en nødvendig hvilepause. Det mangler på sokkelen.

6.5 Bruk av sovemedisiner og preparater i arbeidsperiodene

Det er signifikant flere som bruker reseptbelagte sovemedisiner, sovemedisiner uten resept og andre hjelpemidler (naturpreparater, lysboks eller annet) for å tilpasse døgnrytmen når de jobber natt enn når de jobber dag. Det er svært få som bruker noen av disse preparatene under dagskift: Kun 4%-6% svarer at de bruker de ulike typene preparater på forrige tur med dagskift.

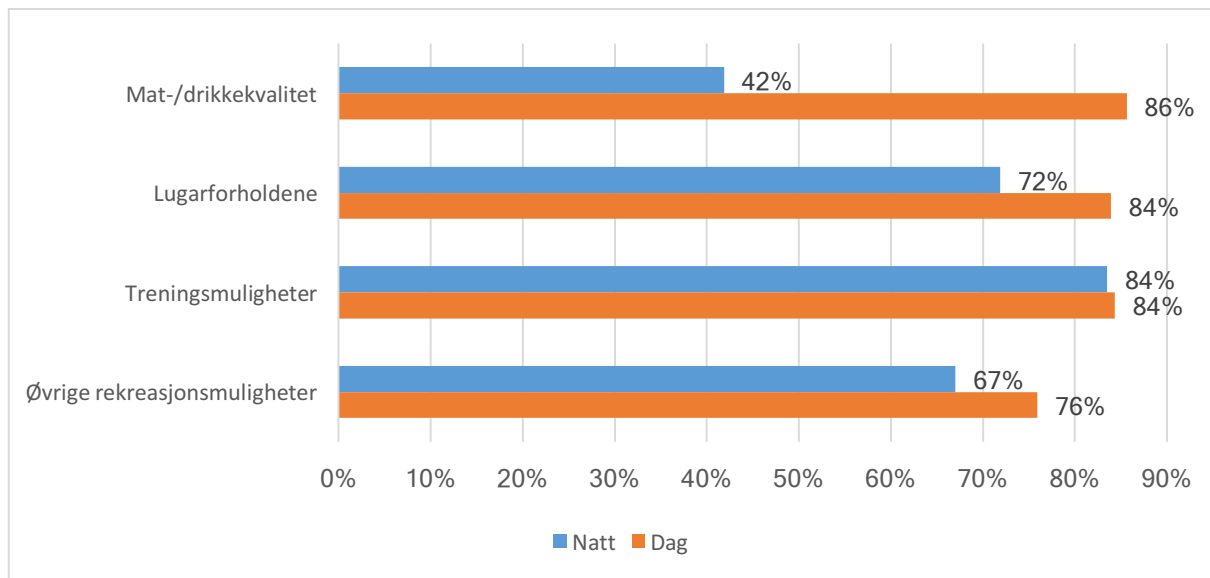
Under forrige tur med nattskift er det 16% som sier at de brukte reseptbelagte medisiner for å få sove, og 11% brukte det minst en gang i uka. 20% sier at de brukte sovemedisiner uten resept, og 14% brukte det minst en gang per uke. Henholdsvis 12% og 9% brukte andre hjelpemidler i det hele tatt eller ukentlig.



Figur 22: Bruk av sovemedisiner med og uten resept samt andre hjelpemidler for å tilpasse døgnrytmen under forrige tur med nattskift og dagskift. Kun de som jobber både dag- og nattskift (n=473)

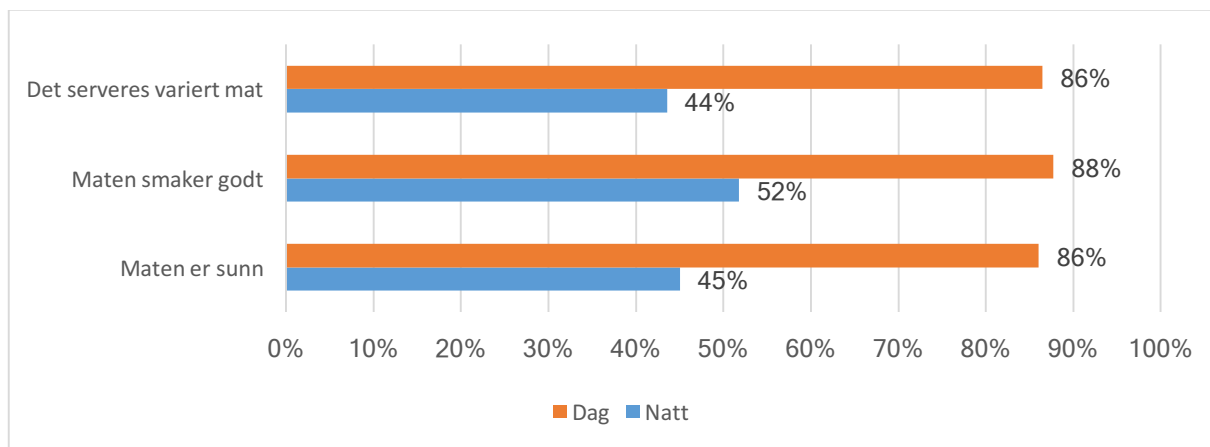
6.6 Bo- og leveforhold

Betydelig flere er fornøyd med mat-/drikke kvalitet når de jobber dagskift enn når de jobber nattskift. Mens 86% er fornøyd eller svært fornøyd med mat og drikke når de jobber dag, er kun 42% fornøyd eller svært fornøyd når de jobber nattskift. For de andre forholdene er det forskjeller, men de er ikke signifikante. Generelt er 84% fornøyd med lugarforholdene når de jobber dagskift, og 72% fornøyd når de jobber nattskift. 84% er fornøyd med treningsforholdene på både dag- og nattskift. Øvrige rekreasjonsmuligheter er 76% fornøyd med når de jobber dagskift, og 67% fornøyd når de jobber nattskift.



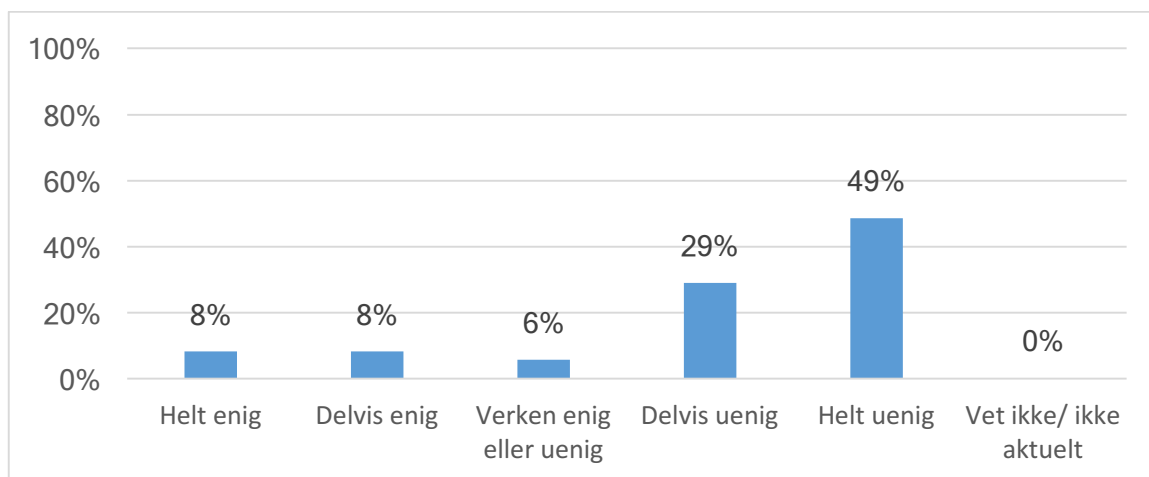
Figur 23: Tilfredshet med bo- og leveforhold på dag versus natt. Andel fornøyd eller svært fornøyd. Kun de som jobber både dag- og nattskift (n=473).

Vi har spurt mer detaljert om tilfredsheten med maten som serveres på dagskift og nattskift. Både når det gjelder variasjon, smak og sunnhet rapporterer skiftarbeiderne om dårligere kvalitet på maten på nattskift enn på dagskift. Der nesten 9 av 10 er tilfredse med både variasjon, smak og sunnhet på maten som serveres på dagskift, er henholdsvis 44%, 52% og 45% tilfredse med kvalitetene på maten som serveres på nattskift.



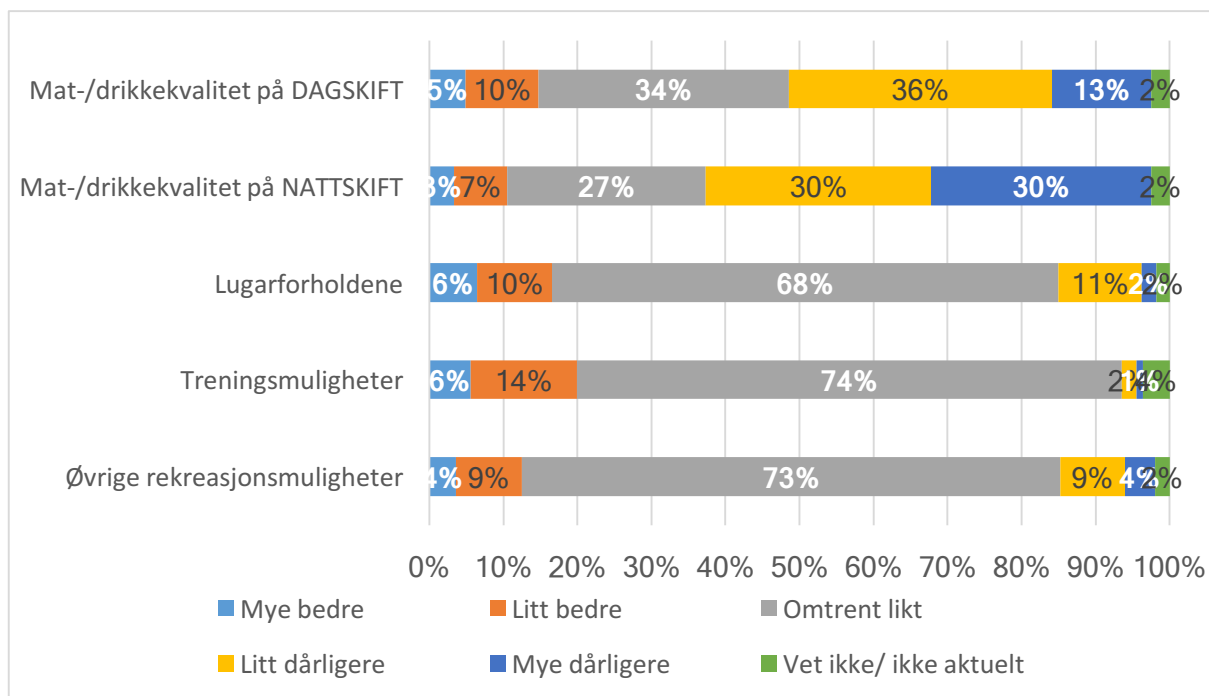
Figur 24: Tilfredshet med maten på dag versus natt. Andel helt og delvis enig. Kun de som jobber både dag- og nattskift (n=473).

I tillegg til at skiftarbeiderne har vurdert maten uavhengig for nattskift og dagskift har vi stilt et direkte spørsmål om hvordan de vurderer utsagnet «Maten som tilbys på natt er alt i alt like bra som den som serveres på dag». Nesten halvparten (49%) sier at de er helt uenig i utsagnet, og 29% at de er delvis uenige. Til sammen 16% er helt eller delvis enige i utsagnet.



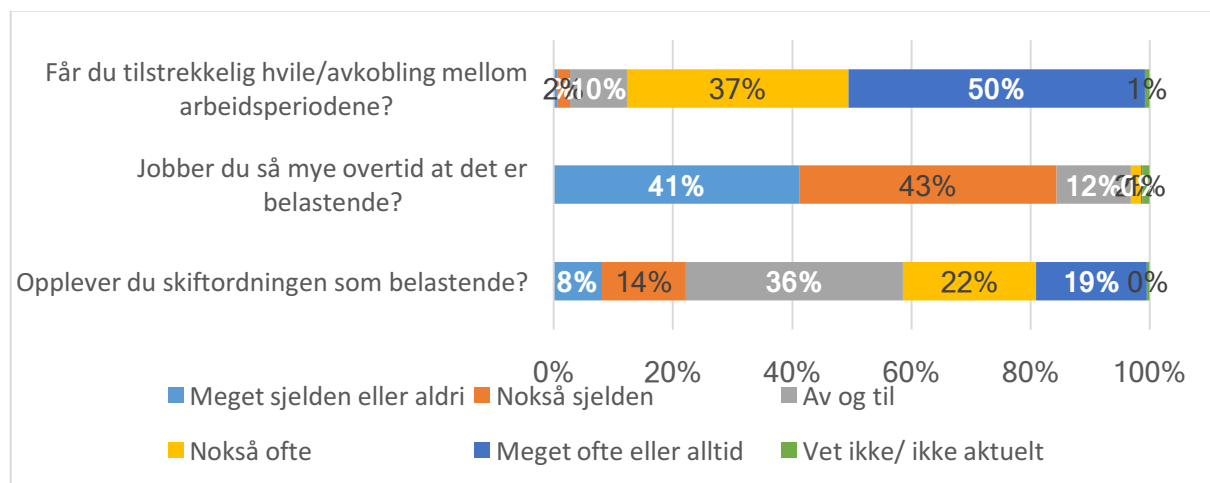
Figur 25: "Maten som tilbys på natt er alt i alt like bra som den som serveres på dag". Kun de som jobber både dag- og nattskift (n=473)

Når vi spør de ansatte om utviklingen i bo- og leveforhold de siste fem årene, er inntrykket stabilitet i rekreasjonsmuligheter og lugarforhold og en bedring i treningsmulighetene. 20% melder om mye eller litt bedre treningsmuligheter nå enn for fem år siden, mens kun 3% sier de er dårligere. Når det gjelder mat- og drikkequalität, rapporterer skiftarbeiderne om at dette er dårligere enn for fem år siden. Nesten halvparten (49%) mener at mat- og drikkequalität på dagskift er dårligere enn for fem år siden. 60% mener at mat- og drikkequalität på nattskift er litt eller mye dårligere enn for fem år siden. Når det gjelder nattskift, er også andelen som mener at mat- og drikkequalität er mye dårligere enn for fem år siden spesielt høy, på 30%.



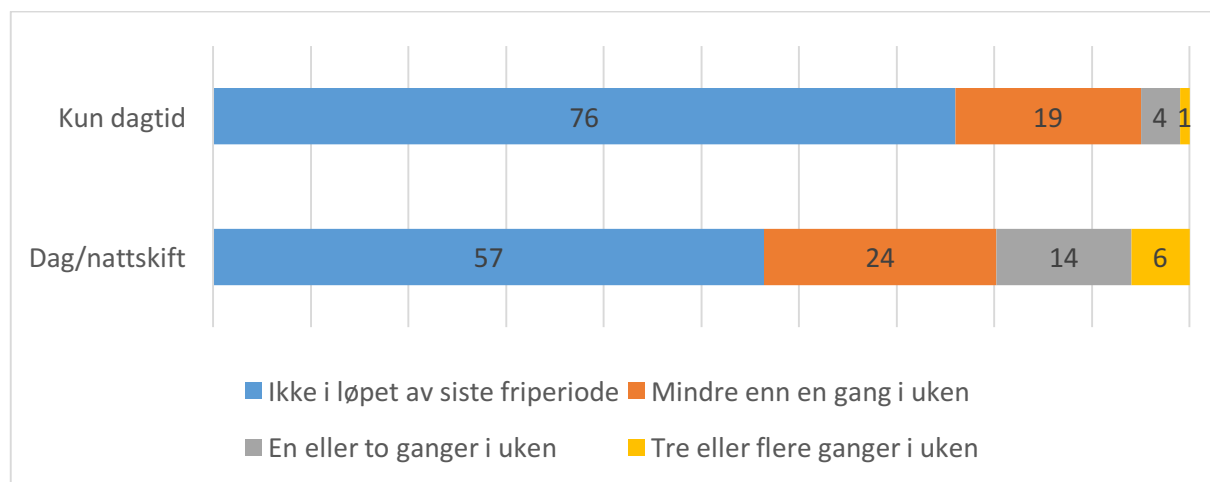
Figur 26: "Syns du disse forholdene har blitt bedre eller dårligere enn de var for fem år siden?". Kun de som jobber dag- og nattskift, samt har jobbet skiftarbeid i 6 år+ (n=447)

6.7 Friperiodene hjemme



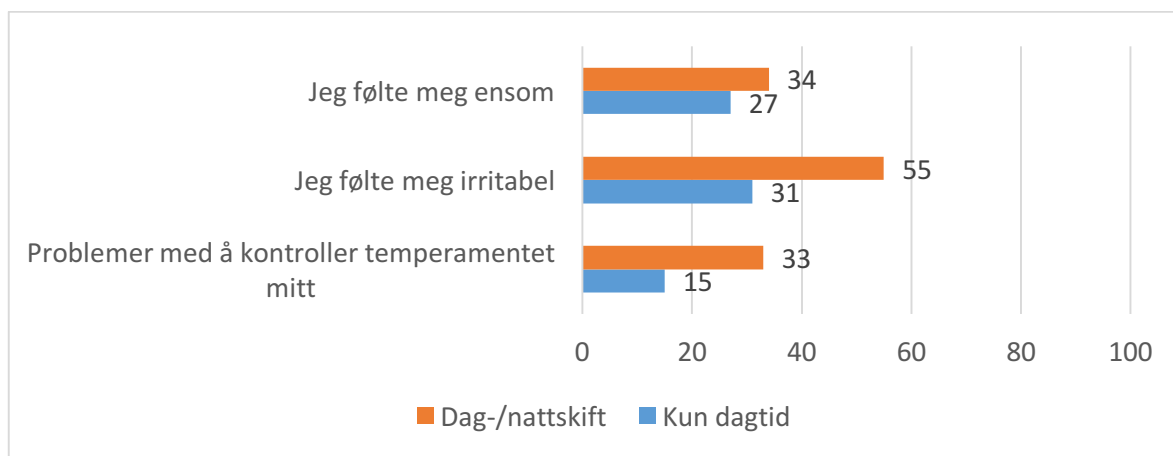
Figur 27: Angi hvordan du opplever de ulike forholdene ved å krysse av i en boks for hvert spørsmål»
Dag- og nattskift (n=473)

Figuren nedenfor sammenlikner problemer med å holde seg våken hos dag-/nattskiftarbeidere og dagtidsarbeidere i friperioden hjemme. Forskjellene er veldig store. 20 prosent av dag-/nattskiftarbeiderne har hatt problemer med å holde seg våkne en eller flere ganger i uken, mot 5 prosent av dagtidsarbeiderne.



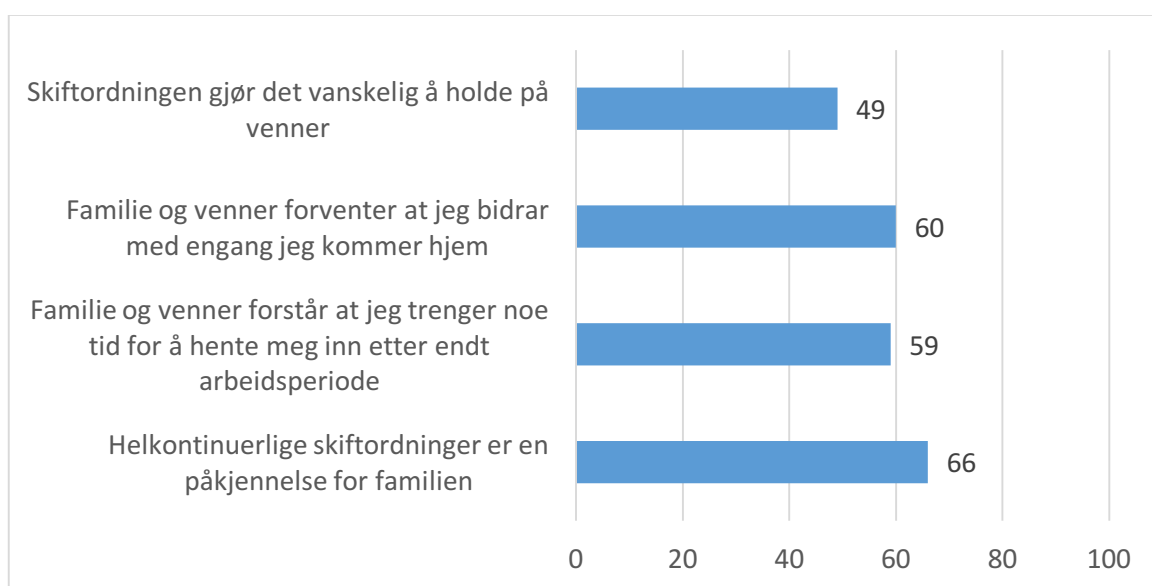
Figur 28: I løpet av siste friperioden hjemme, hvor ofte har du hatt problemer med å holde deg våken under bilkjøring eller når du holder på med sosiale aktiviteter (n=473 dag-/nattskiftarbeidere, n= 187 dagtidsarbeidere)

Figur 29 nedenfor sammenlikner de som bare jobber dagtid med de som jobber dag-/nattskift. Forskjellene er voldsomt store og statistisk signifikante. Dobbelte så mange av skiftarbeiderne enn de som jobber dagtid har problemer med å kontrollere temperamentet sitt. Nesten dobbelt så mange av skiftarbeiderne har følt seg irritable. 7 prosent flere av skiftarbeiderne enn dagtidsarbeiderne har følt seg ensomme i friperioden hjemme. Dette er kjennetegn som bekreftes i andre studier. Det knyttes blant annet til endringer i hormonbalansene som følge av lange perioder der døgnrytmen snus.



Figur 29: I løpet av forrige friperiode hjemme, hvor ofte opplevde du følgende: Dag-/nattskift (n=473) og Kun dagskift (n=187). Andeler som har svart «noen ganger/ofte/veldig ofte/hele tiden».

I figur 30 nedenfor ser vi at flertallet av dag-/nattskiftarbeidere opplever at familie og venner forventer at de bidrar med en gang de kommer hjem fra sokkelen, at helkontinuerlige skiftordninger er en påkjenning for familien, men også at familie og venner forstår at de trenger tid for å komme i rytme.



Figur 30: I løpet av forrige friperiode hjemme, hvor ofte opplevde du følgende: Dag-/nattskift (n=473) og Kun dagskift (n=187). Andeler som har svart «noen ganger/ofte/veldig ofte/hele tiden».

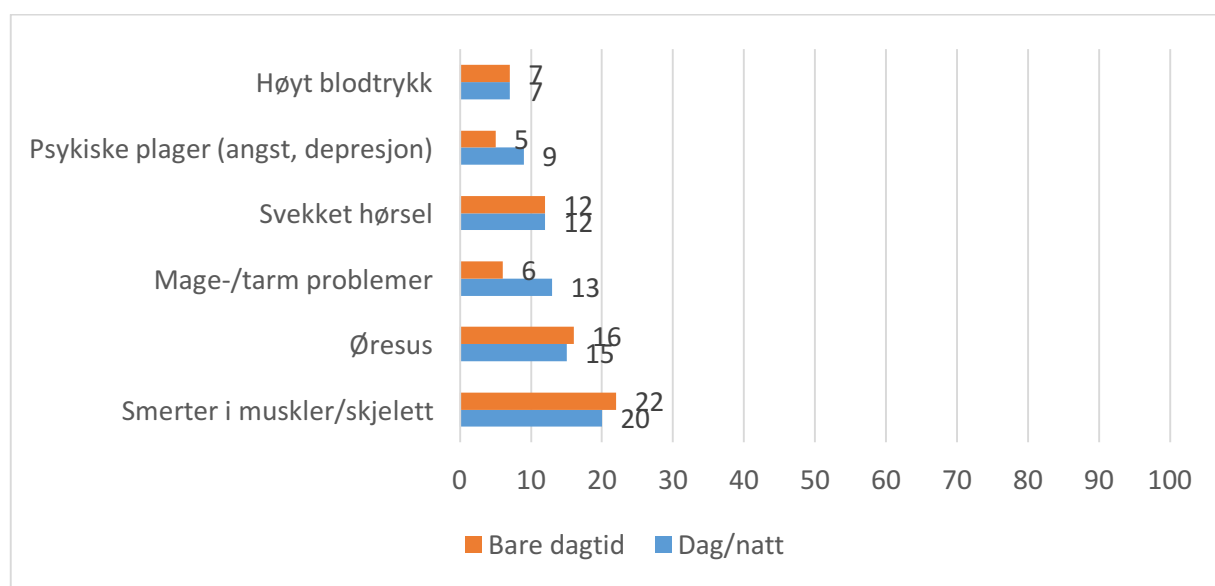
Som forklaring på at helkontinuerlig skift er en påkjenning for familien kommer blant annet disse utsagnene:

- «Samboer er alene med barna som gressenke i to uker, det er slitsomt»
- Påkjenningen er under omstillingen hjemme etter endt nattskiftturnus. Dette er en «ut av kroppen opplevelse» hvor en kan opptre med vrangen ut.»
- «Uggen de første dagene etter du kommer hjem.»
- «Blir lett irritabel, dette spesielt da vi snur fra natt til dag»

Det er en klar enighet blant dag-/nattskiftarbeiderne om at de lange periodene med 12 timers nattskift påvirker den psykiske tilstanden og den sosiale kapasiteten deres negativt.

6.8 Helse

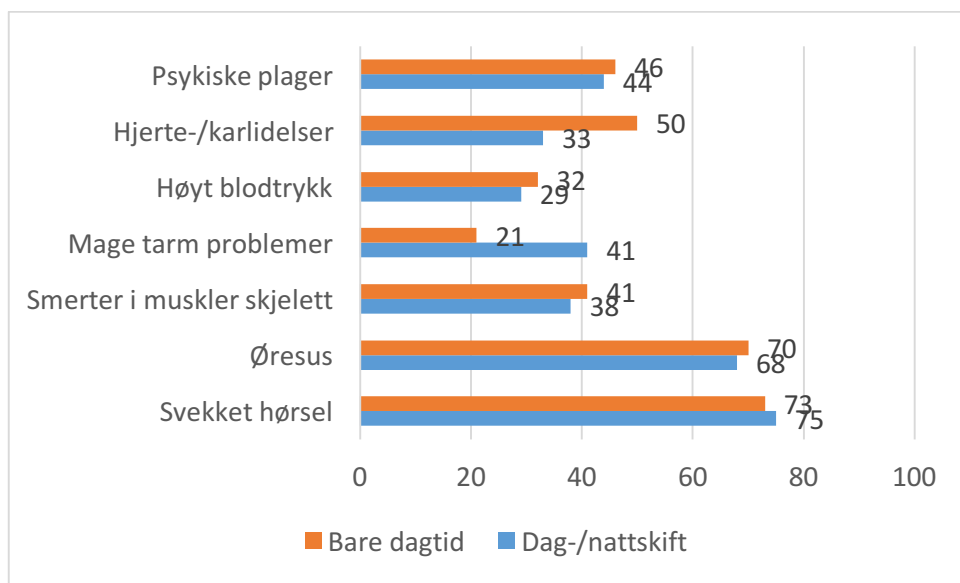
I figur 32 viser vi hvilke plager sokkelansatte opplever å ha. Vi ser at dag-/nattskiftarbeiderne har problemer med mage/tarm i større grad enn dagtidsarbeiderne, og deretter at de hyppigere har psykiske problemer. Begge deler er kjente problemer ved skiftarbeid.



Figur 32: «Har du i løpet av de tre siste månedene vært laget av følgende:...» Andel som svarer «ganske plaget og veldig plaget» (prosenttall, n= 473 dag-/nattskiftarbeidere og n= 187 dagtidsarbeidere).

Overraskende mange i begge gruppene har smerter i muskel/(skjelett og øresus som de dominerende helseplagene. I det følgende ser vi om det er forskjeller i oppfatningene om plagene skyldes egen arbeidssituasjon.

Figur 33 viser at dagtidsarbeiderne og dag-/nattskiftarbeiderne forbinder sine helseplager med egen arbeidssituasjon i stor og samme grad med unntak av mage-/tarmproblemer der dobbelt så mange skiftarbeidere som dagtidsarbeidere forbinder dette med arbeidssituasjonen. Det er en kjent at helkontinuerlige skiftordninger går utover fordøyelsen.



Figur 33: «Er plagene helt eller delvis forårsaket av din arbeidssituasjon?» Andeler som svarer ja. (prosenttall, n= 473 dag-/nattskiftarbeidere og n= 187 dagtidsarbeidere.

Referanser

Blomgren, A., Harstad, A. M. & Haus-Reve, S. (2014). *Offshoreansatte: Hvem er de? Hvor mange må erstattes i årene framover?* Rapport IRIS-2014/028. Stavanger: IRIS

Petroleumstilsynet. (2015). *Risikonivå i petroleumsvirksomheten. Hovedrapport, utviklingstrekk 2015, norsk sokkel (RNNP)*. Stavanger: Petroleumstilsynet.

Vedlegg 1: Utvalg og metode

Invitasjonen til undersøkelsen ble sendt ut til medlemmer av fagorganisasjonen Lederne innen olje og gass med egen e-postadresse den 10. mars 2017. Medlemmene fikk tilsendt hver sin unike lenke, med mulighet til å svare på undersøkelsen en gang hver. Spørreskjemaet ble designet og data samlet inn via Questback. For å gi ansatte på alle tre skiftlag muligheter til å svare på undersøkelsen, har den ligget i felt i seks uker, til og med 23. april 2017. Undersøkelsen ble purret tre ganger. Vi hadde også en mulighet for andre interesserte kollegaer til å melde seg på undersøkelsen ved å registrere sin e-postadresse. 33 personer registrerte seg og fikk tilsendt en lenke til undersøkelsen. Til sammen var bruttoutvalget 1782 personer. 744 personer svarte på undersøkelsen. Av disse, var det 36 personer som ikke fullførte undersøkelsen og 34 personer som ikke jobbet offshore, og som dermed ble silt ut av undersøkelsen. Nettoutvalget er dermed på 668 personer som jobber offshore. Dette gir en netto svarprosent på 38%. Den reelle svarprosenten blant de som jobber offshore er høyere, siden mange av Ledernes medlemmer har sitt arbeid på fastlandet, uten at vi vet nøyaktig hvor mange det er.

Generaliserbarhet

Denne undersøkelsen er i all hovedsak en medlemsundersøkelse blant Ledernes medlemmer. Disse skiller seg fra andre ansatte offshore på flere områder. Det betyr at vi ikke automatisk kan statistisk generalisere funnene i denne undersøkelsen til alle ansatte i på norsk sokkel. Rapporten gir sannsynligvis et godt bilde av arbeidsforholdene til ansatte i operatørselskapene, mens leverandørselskapenes ansatte i mindre grad er representert i utvalget.

Blant de som svarte på denne undersøkelsen, jobber godt over halvparten (63%) i Statoil. Andre arbeidsgivere er Conoco Phillips, Prezioso Linjebygg, KCA Deutag, Engie, Schlumberger, Aker BP, Transocean, A/S Norske Shell og Eni Norge AS, samt flere. International Research Institute of Stavanger (IRIS) gjorde, på oppdrag for Norsk olje og gass en analyse av karakteristika ved offshoreansatte i perioden 2000-2012 (Blomgren, Harstad & Haus-Reve 2014). Denne var hovedsakelig basert på registerdata. Rapporten konkluderte med at det var ca. 24000 offshoreansatte på norsk kontinentalsokkel. Omkring en tredel jobbet for operatørselskapene, mens 2 av 3 jobbet for leverandørselskapene. Basert på sammenligning med rapporten fra IRIS (Blomgren mfl. 2014) og Petroleumstilsynets RNNP rapport om risikonivået i petroleumsvirksomheten på norsk sokkel (Petroleumstilsynet 2015), har vi en større andel ansatte innen drift og vedlikehold i dette utvalget enn blant alle som er ansatt på sokkelen. Ansatte i operatørselskapene utgjør hoveddelen av dette utvalget, mens de i realiteten utgjør omtrent 1/3 av alle offshoreansatte.