



Lantbrukares psykosociala arbetsvillkor, psykiska hälsa och stress i ett svenskt och internationellt perspektiv

- Kunskapssammanställning

*Swedish and international perspectives on psychosocial
working conditions, mental health and stress of farmers*
- *Review*

Christina Lunner Kolstrup

Institutionen för Arbetsvetenskap, Ekonomi & Miljöpsykologi

Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap

Rapport 2014:28

ISBN 978-91-87117-89-3

Alnarp 2014

Lantbrukares psykosociala arbetsvillkor, psykiska hälsa och stress i ett svenskt och internationellt perspektiv

- Kunskapssammanställning

Swedish and international perspectives on psychosocial working conditions, mental health and stress of farmers - Review

Christina Lunner Kolstrup

christina.kolstrup@slu.se

Utgivningsort: Alnarp

Utgivningsår 2014

Omslagsbild: Fredrik Saarkoppel, Kobolt Media AB

Serietitel: LTV fakultetens rapportserie

Elektronisk publicering: <http://epsilon.slu.se>

Bibliografisk referens:

(2014). *Lantbrukares psykosociala arbetsvillkor, psykiska hälsa och stress i ett svenskt och internationellt perspektiv - Kunskapssammanställning*. Alnarp: Sveriges lantbruksuniversitet. (LTV fakultetens rapportserie).

Nyckelord: Lantbruk, jordbruk, lantbrukare, psykisk arbetsmiljö, mental hälsa, stress, depression, självmord

Sveriges lantbruksuniversitet
Swedish University of Agricultural Sciences

Institutionen för Arbetsvetenskap, Ekonomi & Miljöpsykologi



LANDSKAPSARKITEKTUR
TRÄDGÅRD VÄXTPRODUKTIONSVETENSKAP
Rapportserie

Lantbrukares psykosociala arbetsvillkor, psykiska hälsa och stress i ett svenskt och internationellt perspektiv

- Kunskapssammanställning

*Swedish and international perspectives on psychosocial
working conditions, mental health and stress of farmers*

- *Review*

Christina Lunner Kolstrup

Institutionen för Arbetsvetenskap, Ekonomi & Miljöpsykologi

Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap

Rapport 2014:28

ISBN 978-91-87117-89-3

Alnarp 2014

Förord

Föreliggande kunskapssammanställning är en populärvetenskaplig publicering baserat på en vetenskaplig artikel *International perspectives on psychosocial working conditions, mental health and stress of dairy farm operators* samt övrig vetenskaplig litteratur relaterat till lantbrukares psykosociala arbetsvillkor, psykiska hälsa och stress. Den vetenskapliga artikeln publicerades 2013 i *Journal of Agromedicine* (Lunner Kolstrup et al 2013).

Den vetenskapliga artikeln författades av Christina Lunner Kolstrup i samarbete med forskarna Marja Kallioniemi, Department of Economic Research, MTT Agrifood Research Finland; Peter Lundqvist, AEM, SLU; Hanna-Riitta Kymäläinen, Department of Agricultural Sciences, University of Helsinki, Finland; Lorann Stallones, Department of Psychology, Colorado State University, USA och Department of Epidemiology,

Colorado School of Public Health, USA; samt Susan Brumby, National Centre for Farmer Health, School of Medicine, Deakin University, Hamilton, Australia.

Den svenska kunskapssammanställningen har initierats, planerats och genomförts av arbetsmiljöforskare Christina Lunner Kolstrup från institutionen för Arbetsvetenskap, Ekonomi och Miljöpsykologi (AEM) vid Sveriges Lantbruksuniversitet (SLU) i Alnarp. Christina Lunner Kolstrup har ansvarat för litteratursökning och rapportförfattande.

Ett stort tack riktas till SLO-Fonden, Kungliga Skogs- och Lantbruksakademin som finansierade projektet, till alla lantbrukare som har deltagit i de olika nationella och internationella vetenskapliga studierna samt till medförfattarna av den engelska publiceringen.

Alnarp, december 2014

Christina Lunner Kolstrup
PhD, Forskare Arbetsvetenskap

Bild framsida: Fredrik Saarkoppel,
Kobolt Media AB

Sammanfattning

Lantbrukare ställs inför många krav och stressorer i sitt dagliga arbete och dessa verkar vara gemensamma oberoende av land och kultur. Lantbrukare kan uppleva att det ställs höga krav på dem med avseende på ett fysiskt krävande arbete, bra produktionsresultat, stabil ekonomi samt ett medvetet samhälls- och miljöansvar. Dessutom är lantbruksföretag starkt beroende av många yttre förhållanden, som till exempel väder, fluktuerande marknader och regleringar från statliga myndigheter.

Andra yttre faktorer som lantbruksföretag kan påverkas av kan vara sjukdomsangrepp på djur och växter, skatter och avgifter relaterat till lantbruksproduktionen och negativa samhällsstycken till lantbruket i största allmänhet. Lantbrukarna kan ha få eller inga möjligheter att påverka och kontrollera dessa yttre villkor, krav och förväntningar. Höga arbetskrav och förväntningar i kombi-

nation med låg kontrollmöjlighet och brist på socialt stöd kan leda till en dålig psykosocial arbetsmiljö, ökade stressnivåer, psykisk ohälsa, depression och, i värsta fall, självmord.

Tillgången till företagshälsovård för lantbrukare med psykiska problem eller ohälsa är olika och starkt beroende av var i landet eller i världen som de bedriver sina företag. I dagsläget är det dock ofta i första hand upp till den enskilde lantbrukaren och anhöriga att hantera de psykiska påfrestningar och stress, som kan vara av kortare eller längre varaktighet.

I denna sammanställning har vetenskaplig litteratur om psykosociala arbetsvillkor, psykisk hälsa/ohälsa, stress, depression och självmord bland lantbrukare, anställda och familjemedlemmar granskats i ett svenskt och internationellt perspektiv.

Nyckelord: Lantbruk, jordbruk, lantbrukare, psykisk arbetsmiljö, mental hälsa, stress, depression, självmord

Abstract

Farmers are faced with many demands and stressors in their daily work and these appear to be shared across countries and cultures. Farmers experience high psychosocial demands with respect to physical demanding work and production outcome, economic influences and social and environmental responsibility. Furthermore, both traditional or family farms, and industrial farms are highly dependent on external conditions, such as weather, fluctuating markets and regulations from government authorities.

Possible external stressors include disease outbreaks, taxes related to agriculture and recent negative societal attitudes to farming in general. Farmers may have very few or no opportunities to influence and control these external conditions, demands and expectations. High work demands and expectations linked to low

control and lack of social support can lead to a poor psychosocial work environment, with increased stress levels, ill mental health, depression and, in the worst cases, suicide.

Internationally, farmers with mental health problems have different health service options depending on their location. Regardless of location, it is initially the responsibility of the individual farmer and family to handle mental health and stress, which can be of short or long-term duration.

This report reviews the literature on the topics of psychosocial working conditions, mental health, stress, depression and suicide among farmers, farm workers and farm family members in a Swedish and international perspective.

Keywords: Agriculture, farmers, psychosocial work environment, mental health, stress, depression, suicide

Innehållsförteckning

1	Inledning	5
1.1	Syfte	7
1.2	Metodik	7
2	Psykosociala arbetsvillkor i lantbruket	9
2.1	Småskaligt familj jordbruk	9
2.2	Storskalig industriellt jordbruk	10
2.3	Multifaktoriella psykosociala krav och villkor	11
3	Psykisk hälsa och stress i samband med psykosociala krav och stressorer i lantbruket	17
4	Depression och självmord i lantbruket	23
5	Tillgång till hälsovård för lantbrukare och anhöriga med psykisk och stressrelaterad ohälsa	27
6	Konklusion	31
7	Kontakter	33
	Referenser	35

1 Inledning

Begreppet psykosocial arbetsmiljö är för många ett vedertaget och flitigt använt begrepp, men också ett sammansatt begrepp som inte är helt enkelt att definiera. Enkelt skulle man kunna förklara att psykosocial arbetsmiljö handlar om den psykologiska och sociala interaktionen mellan individen och dennes arbetsmiljö (Westlander, 1978).

Människan utvecklas i ett samspel med den sociala miljön och arbetet har ett stort inflytande på individens självuppfattning, utveckling och välbefinnande. Enligt Argyris (1990) finns det ett ömsesidigt beroende mellan företagets lönsamhet, effektivitet och överlevnad, och medarbetarnas arbetslivskvalitet dvs hög arbetstillfredsställelse och god psykosocial arbetsmiljö. Men vad är en god psykosocial arbetsmiljö? Rubenowitz definierade (1984) en god psykosocial arbetsmiljö som när en individ har möjlighet att kontrollera sin arbetssituation, har positiva arbets- och sociala relationer med kollegor och arbetsgivare, har ett stimu-

lerande arbete och en adekvat fysisk och psykisk arbetsbelastning.

I Sverige innefattas den psykosociala arbetsmiljön i Arbetsmiljölagen (1977/1160). I lagtextens kapitel 2, 1§ om arbetsmiljöns beskaffenhet formuleras det att *arbetsförhållanden skall anpassas till människors olika förutsättningar i fysiskt och psykiskt avseende.....* samt att *..... teknik, arbetsorganisation och arbetsinnehåll ska utformas så att arbetstagarer inte utsätts för fysiska eller psykiska belastningar som kan medföra ohälsa eller olycksfall*. Lagen är ett normativt uttryck för den arbetsvetenskapliga kunskapen om sambanden mellan olika organisatoriska förhållanden och människors fysiska och psykiska hälsa.

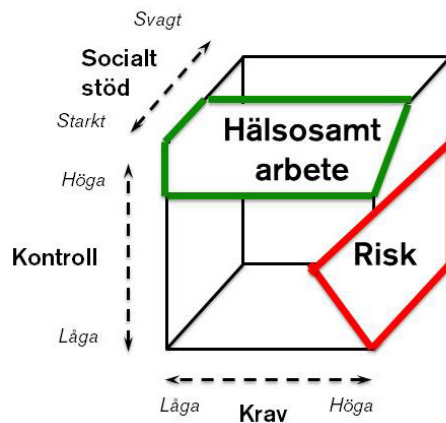
Lantbruksarbete skiljer sig på många sätt från andra yrken och arbetsmiljön på lantbruksföretag är särskilt utmanande på grund av företagets och produktionens mångfald och komplexitet (Merchant & Reynolds 2008). Greer beskrev (2008) det nuvarande lantbrukets roll som

mångfacetterad; där dagens livsmedelsproduktion involverar alltmer förändrade ansvarsområden såsom att främja hållbar utveckling i samband med miljön, utveckling av landsbygden, förbättring av djurskydd, samt ökad produktkvalitet och livsmedelssäkerhet. Dessa förändringar och trender kan vara svåra att hantera och kan utgöra en psykisk påfrestning för lantbrukare och deras omgivning (*Beldman et al. 2010; Schelhaas 1999*).

Den globala trenden inom lantbruket har under de senaste decennierna inneburit omfattande teknisk utveckling och strukturomvandling med färre, större och mer specialiserade produktionsenheter. Mindre familjeföretag har expanderat till större lantbruksföretag, vilket ofta innebär ett större ekonomisk ansvar och risktagande, en anpassning till ny teknik, en förändring av ansvarsområden i det dagliga arbetet och ett personal- och arbetsgivaransvar - vilket sammanfattningsvis kan beskrivas som en förvandling från bonde till företagare. Det finns dock fortfa-

rande många mindre familjeföretag där lantbrukaren dagligen arbetar i ensamhet och inte har någon större social kontakt med anställda, grannar, arbetskollegor från bisyssla eller familjemedlemmar. Partnern kan till exempel ha ett arbete utanför lantbruksföretaget och därmed en annan vardag som inte relaterar till samma verklighet som makens hemma på gården.

Både små och stora lantbruksföretag representerar verksamheter som skiljer sig från andra yrken. Lantbrukaren är beroende av en mängd både yttre och inre faktorer som påverkar dem i deras dagliga verksamhet. De kan uppleva att det ställs höga krav på dem och samtidigt uppleva få möjligheter att påverka och kontrollera speciellt yttre faktorer. Enligt *Karasek (1979)*, *Karasek & Theorell (1992)* och *Johnsson (1986)* kan höga krav, låg kontroll och lågt socialt stöd orsaka dålig psykosocial arbetsmiljö med stress, utbrändhet och allmän psykisk ohälsa till följd (figur 1).



Figur 1. Arbetskrav, kontroll and socialt stöd enligt Karasek, 1979.

1.1 Syfte

Syftet med denna litteraturgenomgång var att göra en kunskapssammanställning av nationell och internationell litteratur kring lantbrukares psykosociala arbetsvillkor, psykiska hälsa och stress samt att identifiera möjliga kunskapsluckor.

1.2 Metodik

Kunskapssammanställning om lantbrukares psykosociala arbetsvillkor och psykiska hälsa är baserat på omfattande litteratursökningar i olika databaser och en vetenskaplig översiktsartikel skriven av kunskapssammanställningens författare samt övriga forskare från Europa, USA och Australien.

Litteratursökningarna av relevant litteratur gjordes i följande engelsk språkiga och svenska databaser: PubMed, Google Scholar, PsycINFO, Scopus, Ebrary, Libris och Web of Science. I sökningarna användes nyckelorden (på svenska): jordbruk, lantbruk, djurhållning, växtodling, mjölkproduktion, grisproduktion, bonde, lantbrukare, lantarbetare, anställda, migrantarbetare, landsbygdsbefolkning, arbetsgivare, anställd, psykosocial arbetsmiljö, psykosociala arbetsvillkor, psykosociala faktorer, stressfaktorer, stressor, krav, kontroll, socialt stöd, interna faktorer, externa faktorer, hälsa, sjukdom, psykisk hälsa, psykiska problem, psykisk ohälsa, psykiska symtom, psykisk belastning, stress, ångest, utbrändhet, utmattning, trötthet.

het, depression, missbruk, självmord, företagshälsovård och hälsovård.

Engelskspråkiga vetenskapligt granskade artiklar samt engelska och svenska böcker, e-böcker, avhandlingar och rapporter inkluderades som litteratur i denna kunskapssammanställning. Processen för urvalet av relevant litteratur var 1) att läsa titeln och sammanfattningen av artiklar, böcker, avhandlingar och rappor-

ter; 2) att läsa hela artiklar och litteratur relaterat till ämnet; och 3) att komplettera med nya relevanta referenser i den funna litteraturen. I kunskapssammanställningen har fokus lagts på att belysa förhållanden i Sverige och i västvärlden. Totalt resulterade litteratursökningen i 93 publikationer relaterat till lantbrukares psykosociala arbetsvillkor och psykiska hälsa.

2 Psykosociala arbetsvillkor i lantbruket

Webster (2011) klassificerade den tidigare, nu- och framtida lantbruksproduktion och företagsstruktur i fyra kategorier: a) traditionell/småskalig lantbruksproduktion; b) industriell/storskalig lantbruksproduktion; c) Värde driven lantbruksproduktion; samt d) global och agroekologisk lantbruksproduktion.

I denna kunskapssammanställning har vi valt att fokusera på två grupper: a) traditionell lantbruksproduktion med mindre djurbesättning och areal, ofta familjeägt och en stor andel manuellt arbete; och b) industriell lantbruksproduktion med automatiserade system, anställd personal samt större djurbesättning och areal.

Karakteristiskt för yrkesgruppen, speciellt i västvärlden, är den större andelen äldre (över 65 år) och yngre (under 16 år) lantbrukare och arbetstagare jämfört med andra yrkesgrupper (*Merchant & Reynolds 2008*).

2.1 Småskaligt familj jordbruk

Vi vet sedan tidigare att lantbrukarnas hälsa påverkas både fysiskt, men även psykiskt av det dagliga arbetet på gården (*Kolstrup 2008; Donham and Thelin, 2006; Rautiainen and Reynolds, 2002*). På många små familjelantbruk, bor lantbrukaren oftast på gården med sin familj och i vissa fall finns även övriga familjemedlemmar och vuxna barn som tar del i det dagliga arbetet och livet på gården.

Att driva ett lantbruk innebär vanligtvis långa arbetsdagar. För djurproducenter innebär det arbete från tidiga morgnar till sena kvällar, varje dag, 365 dagar om året, med skötsel av djurbesättningen och eventuell tillhörande odlingsareal. Inom växtodlingsproduktion är arbetet ofta säsongsbetonat och även detta innebär vanligtvis långa och intensiva arbetsdagar. En fallstudie om kvinnors arbetsvillkor på tio mjölkgårdar

i Finland visade att arbetsdagen började kring kl 06:00 och slutade ungefär kl 18:30 (Kallioniemi & Kymäläinen 2012). Mindre lantbruk med inga eller få anställda har en särskilt bunden arbetssituation med begränsade möjligheter till ledighet eller semester. Plötslig sjukdom eller skada kan dessutom vara en svår situation att hantera (Kallioniemi & Kymäläinen 2012; Brumby, Wilder & Martin 2010). För många mindre lantbruksföretag är bostad och arbete ofta kombinerade, vilket lämnar lite utrymme för fullständig avkoppling från arbetet. Generellt, kan man säga att för mindre familjeägda lantbruksföretag kan arbete och hem, yrkesliv och privatliv, arbetskamrat och partner vara svårt att skilja åt (Elger et al. 1995). En personlig- eller familjekris, till exempel allvarlig invalidiserande skada, skilsmässa eller konkurs, kan orsaka allvarliga psykiska påfrestningar och problem för lantbrukare och anhöriga (Belman et al. 2010; Schelhaas 1999).

Trots den globala trenden med färre men större produktionsenheter, finns det fortfarande många mindre familjeägda lantbruk. Minskningen av antalet lantbruk innebär ett ökat avstånd mellan lantbruksföretagen. Många lantbrukare arbetar i ensamhet och har begränsade sociala kontakter. Partnern kan ha ett arbete utanför gården och delar inte längre det samma dagliga arbetslivet. Isolering och ensamhet har återuppstått

som ett socialt problem i dagens lantbruk (Uthardt 2009). I en studie genomförd 1997-2001 bland finska mjölkproducenter, minskade det sociala samspelet mellan familjemedlemmar och grannar under studieperioden, vilket forskarna tolkade som en förändring i riktning mot mer individualistiska värden (Leskinen 2004). Lantbrukare kan under dessa förhållanden bli tvungna att själva hantera problem av större eller mindre allvarlig karaktär utan stöd från den närmaste omgivningen (Belman et al. 2010; Schelhaas 1999).

2.2 Storskalig industriellt jordbruk

Specialisering på storskaliga industriella lantbruk kan öka risken för att färre arbetsuppgifter görs under fler timmar, vilket kan ha en negativ inverkan på arbetsförhållanden (Merchant & Reynolds 2008). Å andra sidan, kan en ökad användning av maskiner och teknisk utrustning såsom automatiska mjölknings-, utgödslings- och utfodringssystem samt teknisk avancerade lantbruksmaskiner och redskap reducera den fysiska belastningen i det dagliga arbetet och minska eller förändra arbetstiderna i produktionen. Ett nytt arbets- och ansvarsområde för lantbrukarna kan vara att lära sig att hantera, bemästra och övervaka dessa nya tekniska system (Lunner Kolstrup & Hörndahl, 2013).

Stora lantbruksföretag sysselsätter ofta ett större antal anställda. För lantbrukaren innebär det en ny professionell roll som arbetsgivare med personalledning och arbetsgivaransvar, större ansvar för de anställdas arbetsmiljö och arbets säkerhet och övergripande management av verksamheten. Detta kräver också nya kunskaper och färdigheter (*González-García et al. 2011*), såsom ett gott ledarskap, vilket har konstaterats vara en viktig faktor för arbetsmotivationen bland anställda på sydsvenska lantbruk med mjölk- och grisproduktion (*Lunner Kolstrup 2012*).

Utvecklingen i många västländer går mot att anställa utländsk arbetskraft och detta främst inom hortikulturella verksamheter samt inom mjölk- och grisproduktion. Dessa migrantarbetare utsätts för andra psykosociala arbetsmiljöfaktorer än lantbrukare och anställda från det egna landet, bland annat långa arbetstider i ett främmande land borta från familj och vänner, tillfälliga och bristfälliga bostadsförhållande, och social isolering på grund av språkliga och kulturella barriärer. Dessa villkor har visat sig öka risken för utveckling av psykisk ohälsa, ångest, depression, alkohol- och drogmisbruk och även självmord (*Bletzer & Weatherby 2009; Duke & Gómez Carpinteiro 2009*).

2.3 Multifaktoriella psykosociala krav och villkor

Den internationella arbetstagarorganisationen, *International Labour Organisation* (ILO), definierade (1986) psykosociala faktorer i arbetet som samspelet inom och mellan arbetsmiljön. Förutom arbetets innehåll och organisationen av arbetet, så kan arbetstagarens kompetens, personliga krav, behov och förhållningssätt, samt kulturell uppfattning och sedvana ha en inverkan på arbetsprestation och arbetstillfredsställelse. Dessa faktorer kan ha både positiv som negativ inverkan på arbetstagarens fysiska och psykiska hälsa. Även om ILO har formulerat detta i generella termer och för arbetstagare i allmänhet – så är det även relevant för sysselsatta inom lantbruket både i Sverige och på internationell nivå. De generella egenskaper eller karakteristika som ILO beskrev (1986) gällande psykosociala arbetsmiljöfaktorer och eventuell psykisk ohälsa har varit utgångspunkt för vår sammanställning av hur de psykosociala faktorerna i arbete kan relatera till specifika karakteristika för lantbruket (tabell 1).

Lantbrukare kan uppleva att det ställs höga krav på dem med avseende på det dagliga fysiskt krävande arbetet, bra produktionsresultat, stabil ekonomi samt ett medvetet samhälls- och miljöansvar. Dessutom är både traditionella familjelantbruk

och stora industriella lantbruksföretag starkt beroende av yttre faktorer. Exempel på dessa yttre faktorer kan vara: väder, fluktuerande marknader och marknadspriser, regleringar från statliga myndigheter till exempel gällande EU-bidrag, miljö och djurskydd, sjukdomsangrepp på djur och växter, lantbruksrelaterade skatter och avgifter, ökade konsumentkrav, negativa samhällsattityder till lantbrukets produktionsförhållanden i största allmänhet. Samtidigt kan lantbrukarna uppleva små eller inga möjligheter att påverka och kontrollera - speciellt de yttre faktorerna. Upplevelsen av höga krav, både gällande arbete och privatliv, i kombination med ringa möjligheter att kontrollera och påverka dessa höga krav och lite socialt stöd, hjälp och uppskattning kan enligt forskningen innebära psykiska påfrestningar och leda till stress, psykisk ohälsa och depression (*Saarni, Saarni & Saarni 2008; Johnsson 1986; Karasek & Theorell 1992; Karasek 1979*).

I det dagliga arbetet, kan lantbrukare stå inför olika utmaningar såsom hög arbetsbelastning, tidspress, maskiner som går sönder, svårhet att förstå ny teknik och riskfyllda arbetssituationer. Ekonomiska faktorer, såsom oregelbundna och osäkra inkomster, finansiella skulder och höga räntor, kan öka den psykiska påfrestningen. Har man dessutom personliga hälsoproblem, dålig balans mellan arbete och privatliv,

arbetar man flera generationer i företaget, samt har en omfattande administrativ börda kan det öka den redan pressade arbetssituationen för lantbrukaren och bidra till psykisk ohälsa (*Walker 2012; Kolstrup, Lundqvist & Pinzke 2008; Fraser et al. 2005; Alpass et al. 2004; Deary, Willock & McGregor 1997*).

I de nordiska länderna, har studier visat att unga mjölkproducenter (30-44 år) upplevde fler konfliktsituationer, arbetade fler timmar och var mer oroliga än äldre mjölkproducenter (*Lundqvist 1988*). De var också mer bekymrade över ekonomiska problem, svårighet eller helt avsaknad av ledighet och semester och hade svårigheter att hantera motstridiga krav från arbete och familj.

Andra studier av senare datum har visat att svenska lantbrukare och anställda upplevde höga krav i arbetet, men hade också en hög grad av kontroll och ansåg att deras arbete var meningsfullt (*Lunner Kolstrup & Hultgren 2011; Holmberg 2004*). Svenska anställda på mjölkgårdar upplevde mindre inflytande över beslut som fattades på gården och en snabbare arbetstakt jämfört med ägaren av verksamheten (*Lunner Kolstrup & Hultgren 2011*). I en studie av den psykosociala arbetsmiljön bland anställda på större svenska mjölk- och grisföretag, upplevde de sig vara rätt säkra och trygga i deras arbetssituation dvs. de upplevde liten risk för: arbetslöshet, att bli överflö-

dig på grund av ny teknik, svårighet att finna ett annat arbete om man skulle bli arbetslös, att vara tvungen att sluta arbetet på grund av ohälsa eller bli förflyttad till andra arbetsuppgifter (Kolstrup, Lundqvist & Pinzke 2008).

Kvinnliga anställda på mjölkföretagen upplevde dock höga arbetskrav, bristande kontroll och inflytande, små möjligheter till kompetensutveckling och ansåg dessutom att ledarskap, återkoppling och socialt stöd var sämre jämfört med anställda på företag med storskalig grisproduktion (Kolstrup, Lundqvist & Pinzke 2008).

I en färskare forskningsstudie undersöktes och jämfördes den psykosociala arbetsmiljön bland 470 svenska lantbrukare och 166 landsbygdsföretagare (Lunner Kolstrup & Lundqvist 2013). Lantbrukarna som deltog i studien hade deras huvudsakliga produktionsinriktning inom växtodling (177 växtodlare), mjölk / nötköttproduktion (139 producenter) och grisproduktion (154 producenter). Landsbygdsföretagarna var yrkesverksamma inom andra yrken än lantbruk, men bodde och/eller hade deras företag på landsbygden

(dvs. de hade ingen knytning till lantbruket).

Både lantbrukare och landsbygdsföretagare ansåg att deras psykosociala arbetsmiljö var bra, dock hade landsbygdsföretagarna något bättre psykosocial arbetsmiljö jämfört med lantbrukarna (Lunner Kolstrup & Lundqvist 2013). Både grupperna hade ganska höga arbetskrav, men även en hög grad av kontroll i arbetet och socialt stöd från omgivningen, vilket innebar att risken för psykisk ohälsa ansågs vara liten. De både grupperna karakteriserades dessutom av att vara ganska nöjda med sitt nuvarande liv och arbete, var mycket engagerade i arbetet och upplevde en bra balans mellan arbete och privatliv och de präglades av en positiv inställning till livet. Det fanns mindre skillnader mellan lantbrukarna och landsbygdsföretagarna. Lantbrukarna kände sig mindre skickliga i arbetet, hade mindre social interaktion, var mindre nöjda med livet och arbetet, samt sämre arbetsförmåga jämfört med landsbygdsföretagarna (Lunner Kolstrup & Lundqvist 2013).

Tabell 1. *Psykosociala arbetsmiljöfaktorer enligt International Labour Organisation (ILO 1986) och karakteristika för lantbruket i nationellt och internationellt perspektiv (Lunner Kolstrup et al 2013)*

Psykosociala faktorer i arbetet (ILO, 1986)	Karakteristika för lantbruksyrket
1. Fysisk arbetsmiljö	Mångsidig och komplex (<i>Merchant & Reynolds 2008</i>). Småskalig, traditionell familj lantbruk vs storskalig, industriell lantbruksproduktion. Fysiskt krävande och riskfyllt arbete. Implementering av ny teknik (<i>Lunner Kolstrup & Hörndahl 2013</i>). Höga kognitiva och sensoriska krav i arbetet (<i>CASA 2005</i>).
2. Faktorer väsentliga för arbetet	Specialisering av produktionen och långa arbetsdagar. Meningsfullt arbete och positiva faktorer i arbetet som stödjer psykisk hälsa (<i>CASA 2005; Melberg 2003</i>).
3. Förläggning av arbetstid	Arbete med lantbruk och speciellt djurproduktion ligger utanför den ordinarie 8 timmars arbetsdag mellan 9-5. Långa arbetsdagar speciellt vid säsongsarbete och andra hög-intensiva perioder (t.ex. kalvning i stora besättningar).
4. Management och arbetsledning	a) Ny roll som arbetsgivare kräver nya kunskaper och färdigheter (<i>González-García et al. 2011</i>). Bra ledarskap är viktigt för arbetsmotivation (<i>Lunner Kolstrup 2012; Kolstrup 2010</i>). Dubbla roller för kvinnor i lantbruket, en kombination av aktivt deltagande i gårdens dagliga drift och ansvar för hus, hem, barn och familj (<i>Kallioniemi & Kymäläinen 2012; Brumby, Willder & Martin 2010</i>). Anställda med annan etnisk och kulturell bakgrund (<i>Bletzer & Weatherby 2009; Duke & Carpinteiro 2009</i>).
a) Roll i arbetet	b) Deltagande och inflytande i lantbruksföretagets beslut kan vara begränsade eller obefintliga (<i>Kolstrup, Lundqvist & Pinzke 2008</i>).
b) Inflytande	c) Svårighet att skilja arbete och privatliv (<i>Elger et al. 1995</i>). Ensamhet och isolering (<i>Uthardt 2009</i>). Brist på kontroll och socialt stöd (<i>Saarni, Saarni & Saarni 2008</i>).
c) Relationer	d) Strukturella förändringar; specialisering, ökning av odlingsareal och djurbesättning samt ökad ekonomisk risk.
d) Förändringar	
5. Teknologiska förändringar	a) Industriell djurproduktion kan minska människa-djur kontakten vilket kan vara motstridigande till t.ex. djurvälstånd (<i>Raussi 2003</i>).
a) Industrialisering	b) Ny teknik kan förbättra arbetsförhållanden men vid maskin- och teknisk haveri kan situationen vara svår att hantera. Användning av ny teknik kan förändra arbetstiden och de dagliga rutinerna (<i>Lunner Kolstrup & Hörndahl 2013</i>).
b) Introduktion af ny teknik	
6. Övriga faktorer	Minskande lönsamhet (<i>Greer 2008</i>). Symptom på utmattning (<i>Kallioniemi et al. 2009</i>) och utbrännhet (<i>Wallis & Dollard 2008</i>).

Lantbrukare med olika produktionsinriktningar jämfördes med varandra, men det fanns endast mindre skillnader (*Lunner Kolstrup & Lundqvist 2013*). Det var främst mjölk- och nötköttsproducenterna som värderade sin psykosociala arbetsmiljö lite sämre. Detta karakteriserades av högre arbetskrav, mera negativ påverkan mellan arbete och privatliv, och mindre tillfredsställelse med hur de klarade de dagliga fysiska och psykiska kraven i arbetet, jämfört med växtodlings- och grisproducenterna. Detta kunde möjligen förklaras med långa arbetsdagar, ett fysiskt påfrestande arbete och en bundenhet i arbetet med mjölkkor. Det framgick dock i denna studie att grisproducenterna var mindre nöjda med livet och arbete i allmänhet. Orsaken till detta kan nog finnas i den rådande besvärliga ekonomiska situation som grisbranschen befann sig i under studieperioden 2010-2011. (*Lunner Kolstrup & Lundqvist 2013*).

I en dansk studie från 2005 bedömde lantbrukare (n = 374) att de i allmänhet hade en bra psykosocial arbetsmiljö, men upplevde också höga kognitiva och sensoriska krav i arbetet (*CASA 2005*). De ansåg att de hade goda professionella utvecklingsmöjligheter inom yrket och de upplevde att de utförde ett meningsfullt arbete. Även om ett antal av de danska lantbrukarna arbetade ensamma på gården så hade de en hög

grad av socialt stöd från sin omgivning (*CASA 2005*).

Melberg (2003) konstaterade, baserat på en omfattande undersökning som genomfördes 1995 bland norska lantbrukare (n = 3383), att de inte heller upplevde oro i yrket som lantbrukare. De norska lantbrukarna upplevde generellt sett att de hade en bra psykosocial arbetsmiljö trots höga krav. Enligt *Melberg (2003)* berodde detta sannolikt på att lantbrukarna hade stort inflytande över den egna arbetssituationen och oftast hade ett bra socialt nätverk. Dessutom hade deras sätt att leva, enligt forskaren, positiva effekter för deras psykiska hälsa, till exempel frihet, självständighet, frisk luft och arbeta med levande material (växter och djur).

Resumé:

Lantbruksföretag, både i Sverige och internationellt, förknippas ofta med mindre familj jordbruk utan anställda, långa arbetstider och begränsade möjligheter till avkoppling och semester, hem och arbete på samma ställe, en partner som ofta arbetar utanför gården och få sociala kontakter. Men lantbruksproduktion är också förknippat med stora och tekniskt välutrustade verksamheter med stora odlingsarealer och många djurenheter, flera anställda och omfattande arbetsgivar- och personalansvar. Sysselsatta i lantbruket omfattar både lantbruka-

ren själv, men också anställda och familjemedlemmar vilka utsätts för inre såväl som yttre psykosociala krav och förväntningar från samhället, som de i viss mån har möjlighet att kontrollera. Höga krav och få möjligheter till att påverka och kontrollera dessa kan dock vara psykiskt påfrestande och leda till stress och

depression, särskilt om de har dålig social kontakt och tvingas ta itu med och hantera psykiskt påfrestande faktorer på egen hand. Som det framgår av tabell 1, verkar dessa psykosociala krav, förväntningar, psykiska påfrestningar och stress vara globalt likartade mellan länder och kulturer.

3 Psykisk hälsa och stress i samband med psykosociala krav och stressorer i lantbruket

En genomgång av litteraturen visar tydligt att lantbrukare, deras familjer samt anställda står inför en rad stressfaktorer relaterade till den fysiska arbetsmiljön, det globalt ekonomiska och pressade läget i lantbruket, vilket innebär en ökad påfrestning för deras psykiska hälsa (Fraser 2005). I Finland, konstaterade Saarni, Saarni & Saarni (2008) att lantbrukarna hade låga värden avseende arbetsförmåga, subjektiv livskvalitet och hälsorelaterad livskvalitet, jämfört med anställda och företagare inom andra yrken.

Arbetsrelaterad stress definieras ofta som en konflikt där kraven i arbetet är högre än individen kan hantera, kontrollera och klara av (Milczarek, Scneider & González 2009; Cox & Griffiths 2000). Det finns flera faktorer som kan minska stressande situationer, till exempel socialt stöd, kontroll över arbetet, coping strategi, och självkänsla

(Sonnetag & Frese 2003), en avspänd och positiv attityd till livet samt balans mellan arbete och familjeliv (National Institute for Occupational Safety and Prevention (NIOSH) 1999).

Det amerikanska arbetslivsinstitutet, The National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH), har listat lantbruket som ett av de tio mest stressiga yrkena i världen (NIOSH 1999). Forskning i USA och Australien har kopplat stress och psykisk belastning till en mängd olika faktorer, såsom ensamarbete, finansiella bekymmer, väderberoende och familjeproblem. Omfattande psykiska påfrestningar kan enligt forskningen orsaka sömn- och koncentrationssvårigheter, psykosomatiska besvär, ökad olycksfalls risk, problem i privata relationer, diverse missbruksproblem och i värsta fall självmord (Walker 2012; Fraser et al. 2005; Elliott et al. 1995; Gunder-

son et al. 1993; Walker & Walker 1987).

Speciellt yttre faktorer som den enskilda individen inte har möjlighet att råda över eller kontrollera kan vara en betydande stressfaktor (Johnson 1986; Karasek & Theorell 1992; Karasek 1979).

År 2011 deltog 420 lantbrukare i en studie om psykosocialt arbetsmiljö och stressorer i deras arbete (Lunner Kolstrup & Lundqvist 2013). I studien frågades de om i vilken omfattning de kände sig negativt påverkade av olika yttre stressfaktorer som de inte själva hade möjlighet att påverka. Dessa yttre stressfaktorer var bland annat EU lagstiftning, myndigheters agerande, ökade miljökrav och krav från samhälle och konsumenter, väder, djurskyddslagstiftning, fluktuerande marknadspriser, ökad brottslighet, agroterrorism, sjukdomsangrepp (bland djur och växter), generationsskifte, framtiden för företaget, egen hälsa, brist på kompetent arbetskraft, finanskris och ostabilt ränteläge.

Femtio procent av de 420 lantbrukarna som besvarade frågan om yttre stressfaktorer rapporterade att de kände sig ganska mycket/väldigt mycket stressade av EU-relaterad lagstiftning, bidrag, kontroller och utbetalningar samt av myndigheters agerande gentemot dem (Lunner Kolstrup & Lundqvist 2013). Ungefär 1/3 av lantbrukarna kände sig

ganska mycket/väldigt mycket stressade av ökade miljökrav och ökade krav från samhälle och konsumenter. En fjärdedel av lantbrukarna upplevde ganska mycket/väldigt mycket stress pga väder, djurskyddslagstiftning och svängningar i marknadspriser. Ökad brottslighet, oro för agroterrorism, sjukdomsutbrott bland växter och djur samt företagets framtid var faktorer som ca 20% av lantbrukarna kände sig ganska mycket/väldigt mycket stressade av.

En nyligen genomförd litteraturgenomgång av psykisk hälsa och ohälsa inom jordbrukssektorn identifierade de vanligaste stressfaktorerna som pressade råvarupriser, den ekonomiskt svåra situationen för jordbruket, skuldsättningsnivån, klimatförändringar; arbetsbelastning, säsongsvariationer samt statliga regleringar (Walker 2012). En annan stressfaktor för speciellt större lantbruksföretag var bristen på kvalificerad arbetskraft (Ang, Lamm & Tipples 2008).

I en litteraturstudie baserat på forskningsresultat från 15 vetenskapliga artiklar identifierades följande som de vanligaste stressfaktorer bland lantbrukare i Finland: a) jordbruksekonomi; b) lagstiftning, jordbruksbyråkrati, mängden administrativt arbete och den rådande jordbrukspolitiken; c) väder och naturförhållanden inom jordbruket; och d) olycksfallsrisker, skador och brister i

arbetsmiljön (*Kallioniemi et al. 2011*).

En studie i England och Wales undersökte orsaker till stress bland lantbrukare i allmänhet och fann att lantbrukarna hade svårt att överblicka och hinna med det administrativa arbetet som dagens lantbrukare måste sköta (62%), svårt att förstå formulärer och blanketter (56%), och hantera problem som uppstod i samband med ny lagstiftning och föreskrifter (49%) (*Simkin et al. 1998*). Nästan en fjärdedel av lantbrukarna som deltog i studien rapporterade om ekonomiska problem och de flesta var oroliga för deras ekonomi. Våldigt få var socialt isolerade, och mer än 90% av lantbrukarna hade minst en förtrogen i sin nära omgivning. Nästan en tredjedel hade hälsoproblem som påverkade dem i deras dagliga arbete. De lantbrukare som var mest utsatta för ekonomiska och andra yrkesrelaterade problem, var lantbrukare med små integrerade produktionsenheter (*Simkin et al. 1998*).

En australiensisk studie som genomfördes i början av 2000, visade att mjölkproducenterna hade väldigt höga stress-nivåer, (*Wallis & Dollard 2008*). Särskilda faktorer, såsom globalisering, ekonomi och krav från samhället, var en av flera anledningar till de australiensiska mjölkproducenters psykiska ohälsa.

I en annan undersökning som genomfördes bland Nya Zeeländska mjölkproducenter (n = 985), rapporteras stressnivåerna som moderata (*Alpass et al. 2004*). Den nya teknologin som användes på gårdarna ökade inte stressnivån, men stressnivån var högre bland äldre lantbrukare och bland kvinnliga deltagare. Kvinnor i lantbruket har ofta dubbla eller tredubbla roller - som lantbrukare/medhjälpare lantbrukare, som familjemedlem med huvudansvar för hem och familj och eventuellt ett arbete utanför lantbruksföretaget, vilka kan öka risken för stress och psykisk ohälsa. I studien av *Alpass et al. (2004)* var stressymptom starkt relaterade till tidspress, maskin- och tekniska haverier, väderförhållanden och den rådande lantbrukspolitiken.

I en studie med syftet att undersöka hur avancerad teknisk utrustning och automatiserade system påverkade lantbrukarna i deras dagliga arbete, visade resultaten att lantbrukarna upplevde att teknik och automatik hade både positiva och negativa sidor. Lantbrukarna kände sig inte stressade av tekniken förutom vid haveri (maskiner), larm (automatisk mjölkning) och vid inläring av ny teknik och utrustning (*Lunner Kolstrup & Hörndahl 2013*).

Berkowitz & Perkins (1985) konstaterade att stress-symptom bland kvinnliga amerikanska lantbrukare/medhjälpare makar (n = 126) inte var förknippade med arbetsbe-

lastning eller verksamhetens komplexitet, och att familjerelationer fungerade som en buffert för att förhindra eller minska stress symtom såsom nervositet, rastlöshet, sömnlöshet, andnöd, och svimning.

Allvarliga kriser kan ge anledning till stress och *Van Haaften, Olf & Kersten* (2004) konstaterade att utbrotten av svinpest 1998 och mul- och klövsjuka 2001 i Holländska gris- och mjölkbesättningar var förenade med ökade stress nivåer, utanförskap och depression bland lantbrukarna.

Kallioniemi et al. (2009) observerade i en studie av finländska heltidslantbrukare att 34% rapporterade utmattningssymptom. I en annan studie av svenska mjölkgårdar, rapporterade kvinnliga anställda sämre psykisk hälsa och lägre vitalitet och kände sig mer stressade än deras manliga kollegor (*Kolstrup, Lundqvist & Pinzke 2008*). *Lunner Kolstrup & Hultgren* (2011) fann arbetsrelaterade psykosociala symptom såsom irritation, trötthet och sömnsvårigheter bland 25% anställda på ett sextiotal svenska mjölkgårdar. I jämförelse med de anställda, rapporterade lantbruksföretagarna på samma mjölkgårdar endast få arbetsrelaterade psykosociala symptom, förutom irritation och trötthet.

Deary, Willock & McGregor (1997) jämförde stressymptom bland lantbrukare med olika produktionsin-

riktningar (n = 318) och fann att mjölkproducenter hade högre nivåer av stress relaterat till tidspress. En telefonundersökning som omfattade totalt 1182 heltidslantbrukare i Finland genomfördes under 2004 och i den studien rapporterade lantbrukarna en förekomst av upplevt stress på 34% (*Simola 2006*). Förekomsten av upplevd stress var högre bland den arbetsföra befolkningen (44%) än bland de heltidslantbrukare och mjölkproducenter som deltog i studien (*Kallioniemi et al. 2008*).

En studie om djurskötares och djurs hälsa visade att djurskötarna kände sig mer stressade eller frustrerade när mjölkorna i besättningen hade hög sjukdomsförekomst och mastitis (*Lunner Kolstrup & Hultgren 2011*). Den upplevda stressen eller frustrationen bland djurskötarna förklarades av den ökade arbetsbördan dvs det extra fysiska arbete med hygien, rengöring, separering och behandling av mastitit kor, eller en ökad psykisk arbetsbelastning till följd av påtryckningar eller krav från arbetsgivaren/arbetsledaren att förbättra mjölkobesättningens hälsa. En alternativ förklaring kunde vara att djurskötarna kände stor empati och omsorg för djuren och därmed upplevde det psykiskt påfrestande när djuren var sjuka (*Lunner Kolstrup & Hultgren 2011*).

Resumé:

Lantbruket har listats som ett av de tio mest stressiga yrken i världen (NIOSH 1999). Arbetsrelaterad stress och psykisk ohälsa bland lantbrukare, anställda och familjemedlemmar har i flera internationella studier visat sig vara relaterat till hög arbetsbelastning, tidspress, maskin- och tekniska haverier, sjukdomsangrepp bland djur och växter, riskfyllda arbetsförhållanden och situationer, svårigheter att förstå ny teknik, oregelbunden och osäker inkomst, finansiella bekymmer och höga räntor, säsongsmässiga produktionsförhållanden, väderberoende, effekter av nya statliga regleringar och avgifter, byråkrati och hög administrativ arbetsbörda, myndigheters agerande, klimatföränd-

ringar, arbetsgivar- och personalansvar, brist på kvalificerad arbetskraft, ensamarbete och brist på socialt stöd, familjeproblem, obalans mellan arbete och privatliv, ökade miljökrav samt krav och förväntningar från konsumenter och samhället i allmänhet. Dessutom vittnar litteraturen om ökade stressrelaterade symptom såsom sömn- och koncentrationssvårigheter, psykosomatiska besvär, irritation, ångest, nervositet, rastlöshet, trötthet, utmattning, ökad olycksfalls frekvens, alkohol och drogmisbruk, depression och självmord bland världens lantbrukare, anställda och familjemedlemmar.

4 Depression och självmord i lantbruket

Människor reagerar olika på psykiska påfrestningar och stress. Människor kan utveckla fysiska hälsobesvär eller utveckling av emotionella eller psykiska besvär som kan leda till depression, stress, alkohol- och drogmissbruk, våld inom familjen eller i värsta fall självmord (*Walker 2012*).

I västvärlden har det rapporterats om ökad förekomst av självmord bland sysselsatta i lantbruket jämfört med allmänheten och andra yrkesgrupper (*Miller & Burns 2008; Gallagher et al. 2008; Stallones & Bessler 2004; Kposowa 1999; Pickett et al. 1998; Charlton 1995; Stallones 1990*). Många faktorer har diskuterats som förklaring till de höga självmordstalen, till exempel tillgång till skjutvapen, risken för arbetslöshet, ekonomiska svårigheter och en känsla av personligt misslyckande vid förlusten av en familjegård, en funktionell inställning till döden, ökad psykisk sjuklighet, personlighetsfaktorer, social isolering, brist på socialt stöd, brist på personlig me-

ning i livet, och höga nivåer av arbetsrelaterad stress. Andra studier har tagit upp den traditionella uppfattningen att lantbrukare ofta inte beklagar sig eller ber om hjälp, och de kan därför vara mindre benägna att söka hjälp och vård för fysiska eller psykiska problem (*Dearmond et al. 2006*).

I en sydafrikansk studie (n = 5) av *Holtman et al. (2011)*, identifierade överlevande från självmordsförsök följande kontextuella faktorer som anledning till självskadabeteende: ekonomiska problem (fattigdom), låg utbildning, barndom inom dysfunktionella familjemiljöer, alkohol, mellanmänskliga konflikter och våld, en känsla av hopplöshet, brist på coping strategier (coping är en psykologisk term som beskriver en persons förmåga att hantera stressfyllda och känslomässigt krävande situationer), och enkel tillgång till bekämpningsmedel.

Andra studier har visat att exponering för kolinesteras-hämmande medel (ämne som finns bland annat i

insectbekämpningsmedel) kan leda till ångest och depression (London 2012; MacFarlane 2011). Denna mekanism kan vara en av de främsta förklaringarna till den ökade risken för självmord som har observerats i flera studier, där ångest och depression har identifierats som riskfaktorer för självmordsbeteende. Några av studierna har rapporterat om en ökad förekomst av depression bland lantbrukare jämfört med andra yrkesgrupper (Gregoire 2002; Scarth et al. 2000; Stallones et al. 1995). Det finns också forskning som visar att förekomsten av depressiva symtom hos lantbrukare som tidigare hade haft en akut förgiftning av bekämpningsmedel var högre än bland lantbrukare som inte hade varit utsatta för akut förgiftning (Beseler & Stallones 2008; Beseler et al. 2008; Beseler et al. 2006; Stallones & Beseler 2002).

Van Wijngaarden (2003) rapporterade att självmord bland amerikanska män och kvinnor var förenat med arbete i yrken som exponerades för bekämpningsmedel. Djurskötare är en yrkesgrupp som i vissa länder utsätts för fosfororganiska kemikalier vid användning av medel för bekämpning av insekter och ohyra. Trots forskningsresultat som ger stöd för att vissa typer av bekämpningsmedel kan påverka den psykiska hälsan, så har begränsad forskning genomförts för att undersöka effekten av dessa ämnen bland sysselsatta

i lantbruket och mer forskning för att belysa problematiken behövs.

I en studie bland mjölkproducenter (n = 74 deltagare) på Nya Zeeland framgick det att hörselproblem kunde medföra allvarliga konsekvenser för individens psykiska hälsa (Canton och Williams 2012). Hörselproblemen sågs leda till omfattande kommunikationssvårigheter och därmed social isolering, frustration, ångest, stress, bitterhet, trötthet och depression. Peres et al. (2012) genomförde en undersökning med fokus på åldrande och hälsa bland äldre jordbrukare (n = 1002) som bodde på den Franska landsbygden och fann att symptom på depression var en av flera faktorer som ofta rapporterades.

Clingerman och Brown (2012) konstaterade att migrantarbetare (n = 40) i Texas upplevde höga stressnivåer under flyttning från hemlandet till USA. Arcury et al. (2012), konstaterade i en amerikansk studie med migrantarbetare (n = 300) från Latinamerika, att även om säkerheten på arbetsplatsen ansågs vara undermålig och 28% rapporterade höga nivåer av depressiva symptom, så var arbets-säkerhet i sig inte associerat med depressiva symtom. Men vid depression, kan låg kunskapsnivå gällande säkerhet på arbetsplatsen öka risken för skador och olyckor (Beseler & Stallones 2010).

Psykisk och fysisk hälsa hänger ihop. *Osborne et al.* (2012) konstaterade vid en genomgång av litteraturen att depression var en riskfaktor för fysiska belastningsbesvär bland sysselsatta i lantbruket. *Luque et al.* (2012) undersökte arbetsrelaterade sjukdomar och skador bland Latinamerikanska migrantarbetare (n = 100) i Georgia (USA), och fann att depression var det femte vanligaste hälsoproblemet (7%) som migrantarbetarna rapporterade. Även i denna studie konstaterades det att depression var relaterat till fysiska belastningsbesvär, vilken var det största arbetsmiljö problem för dessa arbetare.

Resumé:

Flera internationella studier tyder på en ökning av depressioner och självmord bland lantbrukare, anställda medarbetare och migrantar-

betare jämfört med andra yrken. Många faktorer har diskuterats som förklaring till dessa ökande förekomster av depression och självmord, såsom hög nivå av arbetsrelaterad stress, lätt tillgång till skjutvapen, bekämpningsmedel och läkemedel med avsikten att skada sig själv, risk för arbetslöshet, ekonomiska svårigheter, känsla av personligt misslyckande, att förlora familjens gård, brist på socialt stöd, brist på personlig mening med livet, känsla av hopplöshet, isolering på grund av kultur eller språk, avsaknad av coping strategier, psykiska diagnoser och personlig inställning till att acceptera situationen och söka hjälp och rådgivning. Exponering för bekämpningsmedel och akut bekämpningsmedelsförgiftning har också identifierats som riskfaktorer för depression och självmordsbeteende bland lantbrukarna.

5 Tillgång till hälsovård för lantbrukare och anhöriga med psykisk och stressrelaterad ohälsa

Världen över har lantbrukare med psykisk och stressrelaterad ohälsa olika tillgång till hälso- och sjukvård. I stor utsträckning är det upp till den enskilde lantbrukaren och familjen att hantera stress och stressrelaterade symptom och dess hälsomässiga konsekvenser. Förutom självhjälp, är nästa steg ofta att komma i kontakt med en lokal vårdcentral eller allmänläkare. Det kräver dock ofta ett stort förtroende och mod från lantbrukaren att vända sig till hälsovården och läkare för att få hjälp med psykiska problem (*Sartore, Kelly & Stain 2007*).

Under 2002-2010 var det allvarlig torka i stora delar av Australien och den ökade psykiska påfrestningen i samband med detta orsakade stress och en ökad psykisk ohälsa bland många av lantbrukarna, speciellt mjölkproducenter (*Wallis & Dollard 2008*). En studie av *Gunn et al.* (2012) visade att de vanligaste an-

vända coping strategierna bland australiska lantbrukare var: planering, acceptans och aktiv coping, och minst använda var alkohol- och droganvändning, förnekande, likgiltigt beteende och religion. Starka sociala nätverk är viktiga för att hjälpa och stötta lantbrukare att hantera stressen (*Fuller et al. 2007*).

En svensk studie genomfördes i slutet av 90-talet bland lantbrukare för att undersöka om psykosociala riskfaktorer var korrelerade med anslutning till ett företagshälsovårdsprogram (det dåvarande Skogs- och Lantbrukshälsan). *Theelin, Stiernstrom & Holmberg* (2000) fann att lantbrukare som deltog i företagshälsovårdsprogrammet oftast hade en partner, hade mer utbildning, hade större lantbruksföretag och fler sociala kontakter än de som inte var anslutna till företagsvård. Dessutom rapporterade denna grupp av lantbrukare också färre psykosociala

riskfaktorer (*Theelin, Stiernstrom & Holmberg 2000*).

Brumby, Willder & Martin (2009) konstaterade att lantbrukare med multipla riskfaktorer för kroniska sjukdomar såsom hjärt-kärlsjukdom och diabetes hade stor nytta av ett aktivt deltagande i utbildnings- och åtgärdsprogram kring hälsa. Livsstilsrelaterade sjukdomar och psykisk ohälsa är korrelerade och en studie visade ett klart samband mellan övervikt och psykisk ohälsa bland 1192 manliga och kvinnliga lantbrukare i Australien (*Brumby et al. 2011*).

I främst Australien och USA finns ett relativt stort utbud av informationsmaterial om *hjälp-till-självhjälp* tillgängligt för lantbrukare och lantbrukarfamiljer, till exempel böcker om god psykisk hälsa innehållande praktisk tillämpbar information, riktlinjer och checklistor (*Ashfield 2007; California Dairy Research Foundation 2012; Australian Centre for Agricultural Health and Safety 2008*). Under de senaste åren har det även startats kampanjer, nätverk och hjälplinjer (telefon) för att förebygga och hjälpa lantbrukare och anhöriga med psykisk ohälsa, depression och i risk för självmord på landsbygden (*RU OK – Are you OK? 2014; ABC Rural 2014; Man Therapy 2012; Rural Helplines 2014; Sowing the seeds of hope 1999*).

Finland har en välutvecklad frivillig företagshälsovård för lantbrukare (*Kallioniemi et al. 2011*). En företagssjuksköterska och en lokal lantbruksrådgivare besöker enligt en fastlagt plan finska gårdar minst vart fjärde år för att kartlägga arbetsförhållandena. Det psykiska välbefinnandet bedöms genom att observera arbetsförhållandena och samspelet mellan lantbrukaren och andra som arbetar eller bor på gården. Minst vartannat år erbjuds lantbrukarna hälsoundersökningar där det psykiska välbefinnandet undersöks gällande arbetsförmåga, utbrändhet, depression och alkoholkonsumtionen. Finns det ett behov så erbjuds eller remitteras lantbrukaren till ytterligare medicinsk expertis. Det finns också andra tjänster som syftar till att främja goda arbetsförhållanden och välbefinnande på finska gårdar såsom, till exempel "*Resource barn*", en rådgivningstjänst för lantbrukare som tillhandahålls av den finska rådgivningsorganisationen (*ProAgria*), och ett nätverk för landsbygdsbefolkningen som är en hjälplinje för lantbrukare (*Kallioniemi et al. 2011*).

I Sverige finns också olika möjligheter att få information, rådgivning och hjälp i samband med psykisk ohälsa och vissa av dessa har mer eller mindre speciellt fokus på lantbrukets problematik (se kapitel 7, *Kontakter*). Läs även gärna informationsskriften om stresshantering för

lantbrukare (Emanuelsson 2010). Fram till slutet av 90-talet fanns det en specifik företagshälsovård för lantbrukare, Skogs- och Lantbruks-hälsan, som numera tillvaratas av ca 150 företagshälsor med kring 400 mottagningar runt om i landet.

Resumé:

Länder runt om i världen har mer eller mindre välutvecklade hälsoprogram, erbjudande eller åtgärder som syftar till att säkerställa och förbättra goda psykosociala arbetsförhållanden och psykiskt välbefinnande för lantbrukare. Ofta är det upp till den enskilde lantbrukaren

och anhöriga att hantera stress och stress-symptom med hjälp-till-självhjälp via informationsmaterial. Företagshälsovård med rådgivning finns också i flera länder och studier har visat att lantbrukarna gynnas av att delta i hälsovårdsprogram eller vara ansluten till företagshälsovård. Lantbrukare och anhöriga med allvarliga fysiska eller psykiska hälsoproblem eller funktionshinder, som har finansiella bekymmer eller genomlever en personlig kris, kan behöva extra stöd, professionell hjälp och rådgivning för att undvika stress, depression och mer allvarliga konsekvenser.

6 Konklusion

Lantbrukare i både Sverige och internationellt tillhör ett yrke som innefattar ett stort antal mångfacetterade psykosociala krav, förväntningar och stressfaktorer. Riskfyllda och psykiskt påfrestande arbetsvillkor, såsom hög arbetsbelastning, och under intensiva säsonger ofta kombinerat med omfattande tidspress, maskin- och tekniska haverier, ogynnsamma väderförhållanden och eventuellt sjukdomsangrepp, som kan vara svåra att balansera och hantera. Ekonomiska aspekter, såsom oregelbundna och osäkra inkomster, betydande skuldsättning och höga räntor, kan också öka de dagliga bekymmer och vardagsstressen. Dessutom kan det finnas sociala problem med i bilden såsom möjligheten att balansera arbete med privatliv och vice versa, social isolation, arbete med flera generationer i familjeföretaget eller problemställningen för migrantarbetare. Flera studier rapporterar om ökad byråkrati, krav och agerande från myndigheter och samhälle samt en ökad arbetsbörda med administration - och allt detta verkar vara

universellt mellan länder och kulturer.

Lantbrukare i egenskap av egenföretagare, heltids-, deltid- eller säsonganställda i lantbruket samt anhöriga till sysselsatta i lantbruket som bor och arbetar under och med dessa krav, förväntningar och stressfaktorer utsätts dagligen för psykiska påfrestringar. Den globala forskningen vittnar om existerande och ökande nivåer av symptom på stress, psykisk ohälsa, depression, missbruk och även självmord bland sysselsatta i lantbruket. Men studier visar också att lantbrukare upplever en hög grad av kontroll i deras arbete, en känsla av att de gör ett meningsfullt arbete och anser att de generellt sett har en god psykosocial arbetsmiljö. Dock är en avgörande fråga hur man kan upprätthålla och förbättra de psykosociala arbetsförhållandena inom lantbruket.

Denna kunskapssammanställning accentuerar att de psykosociala arbetsmiljöfaktorerna, psykiska påfrestringar, symptom och problem är

globala och gemensamma för lantbruket. Dessutom framkommer det också att det finns en brist på djupgående systematiska studier med fokus på de psykosociala arbetsförhållanden och psykiska hälsa i lantbruket. Flera studier har genomförts inom området, men den strukturella och tekniska utvecklingen inom sektorn förändras snabbt och det finns ett behov av ytterligare forskning för att förstå orsak och verkan av stress, psykisk ohälsa, depression och självmord i lantbruket och för den delen även för landsbygden.

Företagshälsovård som erbjuder professionell hjälp och rådgivning finns i flera länder. Dock bör framtida forskning fokusera på att undersöka hur effektiva dessa program är och om förbättringar kan göras. Några potentiella nationella och globala frågeställningar i relation till detta kunde vara: Behövs det en företagshälsovård med specifikt fokus på lantbrukets och landsbygden riskfaktorer och hälsa? Och i så fall, hur

borde den vara utformad? Geografisk placering av vårdmottagningar - måste lantbrukare resa långt för att söka hjälp, eftersom hälso- och sjukvården ofta finns i större tätorter och inte på landsbygden? Flexibla öppettider - lantbrukare arbetar långa dagar och kan vårdmottagningarna hålla kvällsöppet? och - har hälso- och sjukvården tillräcklig med kunskap och kompetens om lantbrukets och landsbygdens arbetsmiljö, hälsa och livsstil och inte minst tillräckligt förtroende från lantbrukarkåren?

Vi föreslår dessutom att forskning bör bedrivas för att utveckla och testa metoder och praktiska verktyg inom hjälp-till-självhjälp samt ytterligare utveckla, implementera och utvärdera hälsoprogram för att hjälpa lantbrukarkåren att identifiera och hantera stress och psykisk ohälsa. Med tanke på resultaten från denna dokumentation och de gemensamma globala problemställningar, borde forskningen genomföras i ett internationellt perspektiv och samarbete.

7 Kontakter

LRF har bonde- och djuromsorgsgrupper, bondekompis och bondenätverk.

Webbplats: <http://www.lrf.se/mitt-lrf/regioner/orebro/omsorgsgruppen/>

Sök lokal LRF-hjälp.

- **Röda Korset**

Telefon 0771-900 800,
alla dagar 14-22

Webbplats:

<http://www.redcross.se/detta-gor-vi/kris-och-stod/telefonjour-och-chattforum/>

- **Jourhavande medmänniska**

Telefon 08-702 16 80,
alla dagar 21-06

Webbplats: <http://www.jourhavande-medmanniska.com/>

- **Jourhavande präst eller pastor**

Ring telefon 112 och be att få bli kopplad till Jourhavande präst, varje natt 21-06

Webbplats:

<http://svenskakyrkan.se/jourhavande-prast>

- **BRIS**

Ger stöd till barn, telefon 116 111, må-fr kl 10-21 (stängt ons kl 13-16), lör-sön kl 14-21

Webbplats: www.bris.se

Ger stöd till vuxna om barn, telefon 077-150 50 50,

må-to kl 13-16, ti, ons fr kl 9-12

Webbplats: www.bris.se

- **Sjukvårdsupplysning**

Ring telefon 1177

Sök lokal sjukvårdsupplysning.

Webbplats: <http://www.1177.se/>

- **Nationella hjälplinjen**

Telefon 020-22 00 60,
alla dagar 13-22

Webbplats:

<http://www.1177.se/hjalplinjen/>

- **Mansjourer**

Sök lokala mottagningar.

- **Nationella Kvinnofridslinjen**

Telefon 020 - 50 50 50,
bemanning dygnet runt

Webbplats:

<http://www.kvinnofridslinjen.se>

- **Psykisk akutmottagning**

Sök lokala mottagningar.

- **SOS-centraler**

Förmedlar kontakter.

Ring telefon 112

Webbplats:

<http://www.sosalarm.se/Kontakt/SOS-centraler/>

Referenser

- ABC Rural. 2014. World Suicide Prevention Day sees expansion of farm help program in NSW. [2014-12-03]. Mer info: <http://mobile.abc.net.au/news/2014-09-10/nrn-world-suicide-day-project-10-09-14/5733104>
- Alpass F, Flett R, Humphries S, Massey C, Morriss S, Long N. 2004. Stress in Dairy Farming and the Adoption of New Technology. *International Journal of Stress Management*; 11(3):270-281. [2014-10-28]. <http://psycnet.apa.org/journals/str/11/3/270/>
- Ang HBA, Lamm F, Tipples R. 2008. The impact of stressors on the psychological wellbeing of New Zealand farmers and the development of an explanatory conceptual model. *Policy Practice Health Safety*; 6(1):79-96. [2014-10-28]. <http://www.ingentaconnect.com/content/iosh/pphs/2008/00000006/00000001/art00006?crawler=true>
- Arcury TA, O'Hara H, Grzywacz JG, Isom S, Chen H, Quandt SA. 2012. Work safety climate, musculoskeletal discomfort, working while injured, and depression among migrant farmworkers in North Carolina. *American Journal of Public Health*;102, Supplement 2:S272-S278. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3358567/>
- Ashfield J. 2007. *Taking Care of Yourself and Your Family. A resource book for good mental health.* p. 1-336. Government of South Australia and beyondblue: the national depression initiative. Peacock Publications. Adelaide. [2014-12-03]. <http://youcanhelp.com.au/images/Taking%20Care%2011th%20edition.pdf>
- Australian Centre for Agricultural Health and Safety. 2008. *Managing the Pressure of Farming. Farm Family Business Handbook.* p. 1-43. Moree, New South Wales, Australia. [2014-10-28]. http://www.aghealth.org.au/pressures/pdfs/Farm_Family_Handbook.pdf
- Beldman A, Daatselaar C, Galama P, Prins B. 2010. Trends and challenges in world dairy farming: impressions from the 2009 Global Dairy Farms congress in China. *Global Dairy Farmers 2010.* p. 1-75. [2014-10-28]. http://www.ama.at/Portal.Node/public?genetics.rm=PCP&genetics.pm=gti_full&p.contentid=10008.77507&trends_and_challenges.pdf

- Berkowitz AD & Perkins HW. 1985. Correlates of psychosomatic stress symptoms among farm women: A research note on farm and family functioning. *Journal of Human Stress*; 11(2):76-81. [2014-10-28].
http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/0097840X.1985.9936742#.VE_ugWd5NIE
- Beseler CL & Stallones L. 2010. Safety knowledge, safety behaviors, depression, and injuries in Colorado farm residents. *American Journal of Industrial Medicine*; 53(1):47-54. [2014-10-28].
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19921707>
- Beseler CL & Stallones L. 2008. A cohort study of pesticide poisoning and depression in Colorado farm residents. *Annals of Epidemiology*; 18(10):768-774. [2014-10-28].
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1047279708001154>
- Beseler CL, Stallones L, Hoppin JA, Alavanja MCR, Blair A, Keefe T, Kamel F. 2008. Depression and pesticide exposures among private pesticide applicators enrolled in the Agricultural Health Study. *Environmental Health Perspectives*; 116(12):1713-1719. [2014-10-28].
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2599768/pdf/ehp-116-1713.pdf>
- Beseler C, Stallones L, Hoppin JA, Alavanja MCR, Blair A, Keefe T, Kamel F. 2006. Depression and pesticide exposures in female spouses of licensed pesticide applicators in the agricultural health study cohort. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*; 48(10):1005-1013. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1626656/pdf/nihms11731.pdf>
- Bletzer KV & Weatherby NL. 2009. Variation in Drug and alcohol use among agricultural Laborers: Watermelon men in the rural South. *Human Organization*; 68(2):115-128. [2014-10-28].
<http://www.ncfh.org/pdfs/2k9/8348.pdf>
- Brumby S, Chandrasekara A, McCoombe S, Kremer P, Lewandowski P. 2011. Farming fit? Dispelling the Australian agrarian myth. *BMC Research Notes*; 4(1):89. [2014-10-28].
<http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1756-0500-4-89.pdf>
- Brumby S, Willder S, Martin J. 2010. Milking their health for all its worth? Improving the health of farming families through facilitated learning. *Extension Farming Systems Journal*; 6(1):1-10. [2014-10-28].
http://www.csu.edu.au/_data/assets/pdf_file/0003/109632/EFS_Journal_v06_n01_01_Brumby_et_al.pdf
- Brumby S, Willder S, Martin J. 2009. The sustainable farm families project: changing attitudes to health. *Rural and Remote Health*; 9(1), article nr 1012. [2014-10-28].
http://www.rrh.org.au/publishedarticles/article_print_1012.pdf
- California Dairy Research Foundation. 2012. Stress, Depression & Suicide Prevention Resources for Dairy Farmers. [2014-10-28]. <http://cdrf.org/2012/09/25/stress-depression-suicide-prevention-resources-for-dairy-farmers/>
- Canton K & Williams W. 2012. The Consequences of Noise-Induced Hearing Loss on Dairy Farm Communities in New Zealand. *Journal of Agromedicine*; 17(4):354-363. [2014-10-28].
http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/1059924X.2012.713840?url_ver=Z39.88-2003&rft_id=ori:rid:crossref.org&rft_dat=cr_pub%3dpubmed#.VFAHsWd5NIE
- CASA. 2005. Under åben himmel (på danska). CASA, Center for alternative samfundsanalyse. p. 1-182. [2014-10-28]. http://casa-analyse.dk/files/under_aaben_himmel.pdf

- Charlton J. 1995. Trends and patterns in suicide in England and Wales. *The International Journal of Epidemiology*; 24(Suppl 1):S45-S52. [2014-10-28].
http://ije.oxfordjournals.org/content/24/Supplement_1/S45.short
- Clingerman EM & Brown A. 2012. Stress in migrant farmworkers during premigration. *Biological Research for Nursing*; 14(1):27-37. [2014-10-28].
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21278168>
- Cox T & Griffiths A. 2000. Work related stress. A theoretical perspective. In: (Eds.) Leka S & Houdmont J. *Occupational Health Psychology*, Blackwell Publishing Ltd: Oxford, UK; p. 31-56. [2014-10-28].
http://www.google.se/books?hl=sv&lr=&id=hovN31iG_goC&oi=fnd&pg=PA31&dq=cox+2000+work+related+stress&ots=YZH3eDGNjw&sig=gn4TGx5BdP6du_8jove-u9CRL1o&redir_esc=y#v=onepage&q=cox%202000%20work%20related%20stress&f=false
- Dearmond S, Stallones L, Chen P, Sintek E. 2006. Depression and somatic symptoms within the farming community. *Journal of Agricultural Safety and Health*; 12(1):5-15 [2014-10-28].
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16536169>
- Deary IJ, Willock J, McGregor M. 1997. Stress in farming. *Stress Medicine*; 13(2):131-136. [2014-10-28]. [http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/\(SICI\)1099-1700\(199704\)13:2%3C131::AID-SMI727%3E3.0.CO;2-T/abstract](http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/(SICI)1099-1700(199704)13:2%3C131::AID-SMI727%3E3.0.CO;2-T/abstract)
- Donham K J & Thelin. 2006. *Agricultural Medicine: Occupational and Environmental Health for the Health Professions*. Oxford, UK: Blackwell Publishing. [2014-12-09].
<http://eu.wiley.com/WileyCDA/WileyTitle/productCd-0813818036.html>
- Duke MR & Gómez Carpinheiro FJ. 2009. The effects of problem drinking and sexual risk among Mexican migrant workers on their community of origin. *Human Organization*; 68(3):328-339. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2823088/pdf/nihms170543.pdf>
- Elger U, Wonneberger E, Lasch V, Fuhr D, Heinzel W. 1995. Belastungen und gesundheitliche Risiken von Bäuerinnen. (på tyska). *Sozial- und Präventivmedizin*; 40(3):146-156. [2014-10-28].
<http://link.springer.com/article/10.1007%2FBF01318635#page-1>
- Elliott M, Heaney CA, Wilkins JR, Mitchell GL, Bean T. 1995. Depression and perceived stress among cash grain farmers in Ohio. *Journal of Agricultural Safety and Health*; 1(3):177-184. [2014-10-28]. <https://elibrary.asabe.org/azdez.asp?AID=19462&T=2>
- Emanuelsson R. 2010. Stresshantering för lantbrukare – en informationskrift. SLU, LTJ-Fakultetsrapport 2010:31. Pp 48. [2014-12-03]. Rapport 2010:23.
http://pub.epsilon.slu.se/5159/1/Stresshantering_f%C3%B6r_lantbrukare.pdf_10_Slutvariationen.pdf
- Fraser CE, Smith KB, Judd F, Humphreys JS, Fragar LJ, Henderson A. 2005. Farming and mental health problems and mental illness. *International Journal of Social Psychiatry*; 51(4):340-349. [2014-10-28]. <http://isp.sagepub.com/content/51/4/340.short>
- Fuller J, Kelly B, Sartore G, Fragar L, Tonna A, Pollard G, Hazell T. 2007. Use of social network analysis to describe service links for farmers' mental health. *Australian Journal of Rural Health*; 15(2):99-106. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17441818>

- Gallagher LM, Kliem C, Beautrais AL, Stallones L. 2008. Suicide and occupation in New Zealand, 2001–2005. *International Journal of Occupational and Environmental Health*; 14(1):45-50. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18320731>
- González-García E, Gourdine J, Alexandre G, Archimède H, Vaarst M. 2011. The complex nature of mixed farming systems requires multidimensional actions supported by integrative research and development efforts. *Animal*; 6(5):763-777. [2014-10-28]. http://journals.cambridge.org/download.php?file=%2FANM%2FANM6_05%2FS1751731111001923a.pdf&code=08f182ccf4859455c3e652438a6bb5dd
- Greer A. 2008. Agricultural Policy. In: Woods M. (Eds.) *New Labour's Countryside: Rural Policy in Britain since 1997*. Bristol UK: The Policy Press; p. 149-166. [2014-10-28]. <http://www.press.uchicago.edu/ucp/books/book/distributed/N/bo13438809.html>
- Gregoire A. 2002. The mental health of farmers. *Occupational Medicine*; 52(8):471-476. [2014-10-28]. <http://ocmed.oxfordjournals.org/content/52/8/471.full.pdf+html>
- Gunderson P, Donner D, Nashold R, Salkowicz L, Sperry S, Wittman B. 1993. The epidemiology of suicide among farm residents or workers in five north-central states, 1980-1988. *American Journal of Preventive Medicine*; 9(suppl 1):26-32. [2014-10-28]. <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1994-05916-001>
- Gunn KM, Kettler LJ, Skaczkowski GLA, Turnbull DA. 2012. Farmers' stress and coping in a time of drought. *Rural Remote Health*; 12(2071). [2014-10-28]. http://www.rrh.org.au/publishedarticles/article_print_2071.pdf
- Holmberg S, Thelin A, Stiernström EL, Svärdsudd K. 2004. Psychosocial factors and low back pain, consultations, and sick leave among farmers and rural referents: A population-based study. *Journal of Occupational & Environmental Medicine*; 46(9):993-998. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15354066>
- Holtman Z, Shelmerdine S, London L, Flisher A. 2011. Suicide in a poor rural community in the Western Cape, South Africa: experiences of five suicide attempters and their families. *South African Journal of Psychology*; 41(3):300-309. [2014-10-28]. <http://connection.ebscohost.com/c/articles/66179675/suicide-poor-rural-community-western-cape-south-africa-experiences-five-suicide-attempters-their-families>
- International Labour Organisation (ILO). 1986. *Psychosocial factors at work: Recognition and Control*. Report of the Joint ILO/WHO Committee on Occupational Health Ninth Session Geneva, 18-24 September 1984. Occupational safety and health series No.56. International Labour Organisation: International Labour Office, Geneva, Switzerland. p. 1-88. [2014-10-28]. http://www.who.int/occupational_health/publications/ILO_WHO_1984_report_of_the_joint_committee.pdf
- Johnsson JV. 1986. *The impact of workplace social support, job demands and work control upon cardiovascular disease in Sweden*. Doctoral Dissertation, Dept. Of Environmental and Organizational Psychology, University of Stockholm.
- Kallioniemi MK & Kymäläinen HR. 2012. Women on Finnish dairy farms: Hard work in the midst of traditions and changes. *Rural Society Journal*; 22(1):1815-1830. [2014-10-28]. <http://rsj.e-contentmanagement.com/archives/vol/22/issue/1/article/4894/women-on-finnish-dairy-farms>

- Kallioniemi MK, Simola A, Kinnunen B, Kymäläinen H-R. 2011. Stress in farm entrepreneurs. In: Langan-Fox J. and Cooper C. L. (Eds.) Handbook of Stress in the Occupations. Cheltenham, UK and Northampton, MA, USA: Edward Elgar. p. 385-406. [2014-10-28].
http://www.google.se/books?hl=sv&lr=&id=_ab5bCBJ5I4C&oi=fnd&pg=PR1&dq=Handbook+of+Stress+in+the+Occupations&ots=V6Ue1y8xT3&sig=xDXN7xE9IVM8-k03uz6LevGbTk8&redir_esc=y#v=onepage&q=Handbook%20of%20Stress%20in%20the%20Occupations&f=false
- Kallioniemi MK, Simola AJK, Kymäläinen HR, Vesala HT, Louhelainen JK. 2009. Mental symptoms among Finnish farm entrepreneurs. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine: AAEM*; 16(1):159-168. [2014-10-28]. <http://www.aaem.pl/pdf/16159.htm>
- Kallioniemi MK, Simola AJK, Kymäläinen HR, Vesala H, Louhelainen J. 2008. Stress among Finnish farm entrepreneurs. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine: AAEM*; 15:243-249. [2014-10-28]. http://www.aaem.pl/pdf/15243.pdf?origin=publication_detail
- Karasek, RA, Theorell, T. 1992. *Healthy work. Stress, productivity, and the reconstruction of working life*. New York, Basic Books.
- Karasek R. 1979. Job Demands, Job Decision Latitude, and Mental Strain: Implications for Job Redesign. *Administrative Science Quarterly*; 24(2):285-308. [2014-10-28].
<http://www.jstor.org/stable/2392498?seq=1>
- Kolstrup, C.L. 2010. Hur attraheras och motiveras människor till att arbeta som anställda inom storskalig mjölkproduktion? SLU, LTJ-Fakultetsrapport 2010:31. Pp 48. [2014-11-28].
<http://pub.epsilon.slu.se/5671/>
- Kolstrup C. 2008. Work environment and health among Swedish livestock workers. *Acta Universitatis agriculturae Sueciae*, nr 2008:43. [2014-11-28]. <http://pub.epsilon.slu.se/1758/>
- Kolstrup C, Lundqvist P, Pinzke S. 2008. Psychosocial work environment among employed Swedish dairy and pig farmworkers. *Journal of Agromedicine*; 13(1):23-36. [2014-10-28].
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19042690>
- Kposowa AJ. 1999. Suicide mortality in the United States: Differentials by industrial and occupational groups. *American Journal of Industrial Medicine*; 36(6):645-652. [2014-10-28].
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10561685>
- Leskinen, J. 2004. Saloseudulta EU-isännäksi – lypsykarjayrittäjät muutosmurroksessa. Seurantatutkimus 1997 – 2001, (Dairy farmers in a period of transition. A follow-up study 1997-2001) Työ ja ihminen, Tutkimusraportti 24, Doctoral thesis. (på finska). Helsinki, Finland: Finnish Institute of Occupational Health. p. 1-153. [2014-10-28].
http://books.google.se/books/about/Saloseudulta_EU_is%C3%A4nn%C3%A4ksi_lypsykarjayr.html?id=IDYitwAACAAJ&redir_esc=y
- London L, Beseler C, Bouchard MF, Bellinger DC, Colosio C, Grandjean P, Harari R, Kootbodien T, Kromhout H, Little F. 2012. Neurobehavioral and neurodevelopmental effects of pesticide exposures. *Neurotoxicology*; 33:887-896. [2014-10-28].
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0161813X12000071>

- Lundqvist P. 1988. Psychosocial factors in the working environment of young Swedish farmers with milk production. In: Working environment in farm buildings. Results of studies in livestock buildings and greenhouses (Doctoral Thesis). Lund, Sweden: Department of Farm Buildings, Swedish University of Agricultural Sciences.
- Lunner Kolstrup C. 2012. What factors attract and motivate dairy farm employees in their daily work? *Work: A Journal of Prevention, Assessment and Rehabilitation*; 41(suppl 1):5311-5316. [2014-10-28]. <http://iospress.metapress.com/content/y5q4m31602j24216/fulltext.pdf>
- Lunner Kolstrup C & Hultgren J. 2011. Perceived Physical and Psychosocial Exposure and Health Symptoms of Dairy Farm Staff and Possible Associations with Dairy Cow Health. *Journal of Agricultural Safety and Health*; 17(2):111-125. [2014-10-28]. http://pub.epsilon.slu.se/8219/1/kolstrup_et_al_110704.pdf
- Lunner Kolstrup C, Kallioniemi M, Lundqvist P, Kymäläinen H-R, Stallones L & Brumby S. 2013. International Perspectives on Psychosocial Working Conditions, Mental Health, and Stress of Dairy Farm Operators. *Journal of Agromedicine* 18(3): 244-255. [2014-11-03]. <http://dx.doi.org/10.1080/1059924X.2013.796903>.
- Lunner Kolstrup C & Lundqvist P. 2013. Lantbrukets & landsbygdens psykosociala puls. Screening av psykosociala arbetsförhållande, psykisk hälsa och sociala nätverk bland lantbrukare och landsbygdsföretagare. SLU, LTJ Fakultetsrapport 2013:20. Pp 66. [2014-11-28]. <http://pub.epsilon.slu.se/10578/>
- Luque JS, Reyes-Ortiz C, Marella P, Bowers A, Panchal V, Anderson L, Charles S. 2012. Mobile Farm Clinic Outreach to Address Health Conditions Among Latino Migrant Farmworkers in Georgia. *Journal of Agromedicine*; 17(4):386-397. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22994640>
- MacFarlane E, Simpson P, Benke G, Sim M. 2011. Suicide in Australian pesticide-exposed workers. *Occupational Medicine*; 61(4):259-264. [2014-10-28]. <http://occm.oxfordjournals.org/content/61/4/259.full.pdf+html>
- ManTherapy. 2012. Western Colorado Suicide Prevention Foundation. [2014-12-03].
Mer info: <http://suicidepreventionfoundation.webs.com/man-therapy>
- Melberg K. 2003. Farming, stress and psychological well-being: The case of Norwegian farm spouses. *Sociologia Ruralis*; 43(1):56-76. [2014-10-28]. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/1467-9523.00229/abstract>
- Merchant J & Reynolds S. 2008. Work in agriculture. In: McDonald C. (Eds.) *Epidemiology of Work Related Diseases*, Second ed. USA: Hoboken, BMJ Books; p. 309-329. [2014-10-28]. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/9780470695005.fmatter/pdf>
- Milczarek M, Sneider E, González ER. 2009. OSH in figures: stress at work - facts and figures. European risk observatory. Report 9. European Agency for Safety and Health at Work. Luxembourg, European Communities. p. 1-143. [2014-10-28]. https://osha.europa.eu/en/publications/reports/TE-81-08-478-EN-C_OSH_in_figures_stress_at_work
- Miller K & Burns C. 2008. Suicides on farms in South Australia 1997 - 2001. *The Australian Journal of Rural Health*; 16(6):327-331. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19032203>

- NIOSH. 1999. Stress at work. Cincinnati, Ohio: Publications Dissemination, EID. National Institute for Occupational Safety and Prevention. Report: 96-115. p. 1-32. [2014-10-28].
<http://www.cdc.gov/niosh/docs/99-101/pdfs/99-101.pdf>
- Osborne A, Blake C, Fullen BM, Meredith D, Phelan J, McNamara J, Cunningham C. 2012. Risk factors for musculoskeletal disorders among farm owners and farm workers: A systematic review. *American Journal of Industrial Medicine*; 55(4):376-389. [2014-10-28].
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22213399>
- Pères K, Matharan F, Allard M, Amieva H, Baldi I, Barberger-Gateau P, Bergua V, Bourdel-Marchasson I, Delcourt C, Foubert-Samier A, Fourrier-Réglat A, Gaimard M, Laberon S, Maubaret C, Postal V, Chantal C, Rainfray M, Rascle N and Dartigues J-F. 2012. Health and aging in elderly farmers: the AMI cohort. *BMC public health*; 12:558. [2014-10-28].
<http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1471-2458-12-558.pdf>
- Pickett W, King WD, Lees REM, Bienefeld M, Morrison HI, Brison RJ. 1998. Suicide mortality and pesticide use among Canadian farmers. *American Journal of Industrial Medicine*; 34(4):364-372. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9750943>
- Raussi S. 2003. Human–cattle interactions in group housing. *Applied Animal Behaviour Science*; 80(3):245-262. [2014-10-28].
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0168159102002137>
- Rautiainen RH & Reynolds SJ. 2002. Mortality and morbidity in agriculture in the United States. *J. Agric. Safety and Health* 8(3): 259-276. [2014-12-09].
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12363178>
- RU OK. 2014. Bry dig om andra – stor kampanj i Australien om mental hälsa. R U OK? är en satsning för att motverka den höga förekomsten av självmord i Australien. [2014-12-03].
 Mer info: <https://www.ruok.org.au/>
- Rural Helplines 2014. National Suicide Prevention Lifeline. [2014-12-03].
 Mer info: <http://www.agriwellness.org/hotlines.htm>
- Saarni SI, Saarni ES, Saarni H. 2008. Quality of life, work ability, and self employment: a population survey of entrepreneurs, farmers, and salary earners. *Occupational and Environmental Medicine*; 65(2):98-103. [2014-10-28]. <http://oem.bmj.com/content/65/2/98.short>
- Sartore GM, Kelly B, Stain HJ. 2007. Drought and its effect on mental health--how GPs can help. *Australian family physician*; 36(12):990-993. [2014-10-28].
<http://www.racgp.org.au/afpbackissues/2007/200712/200712Sartore.pdf>
- Scarth RD, Stallones L, Zwerling C, Burmeister LF. 2000. The prevalence of depressive symptoms and risk factors among Iowa and Colorado farmers. *American Journal of Industrial Medicine*; 37(4):382-389. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10706750>
- Schelhaas H. 1999. The dairy industry in a changing world. In: Falvey L, Chantalakhana C (Eds.) *Smallholder Dairying in the Tropics* Nairobi, Kenya: International Livestock Research Institute. [2014-10-28]. <http://www.ilri.cgiar.org/InfoServ/Webpub/fulldocs/SmHDairy/chap1.html>

- Simkin S, Hawton K, Fagg J, Malmberg A. 1998. Stress in farmers: a survey of farmers in England and Wales. *Occupational & Environmental Medicine*; 55(11):729-734. [2014-10-28].
<http://europepmc.org/backend/ptpmrender.fcgi?accid=PMC1757527&blobtype=pdf>
- Simola, A. 2006. Henkinen hyvinvointi [Mental well-being]. In: Rissanen, P. (Ed.) 2006, Työterveys ja maatalous Suomessa vuonna 2004 [Occupational Health and Agriculture in Finland in Year 2004], Kuopio, Finland: Finnish Institute of Occupational Health. (på finska). p. 1-104. [2014-10-28].
http://www.ttl.fi/fi/toimialat/maatalous/tiedonlahteita/Documents/Tyoterveys_ja%20_maatalous_Suomessa_2004.pdf
- Sonnentag S & Frese M. 2003. Stress in Organizations. In: Borman, W.C., Ilgen, D.R. & Klimoski, R.J. (Eds.) *Comprehensive Handbook of Psychology*. Vol. 12: Industrial and Organizational Psychology. New York, USA: Wiley. 2012. p. 453-491. [2014-10-28].
<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/0471264385.wei1218/abstract>
- Sowing the seeds of hope. 1999. The Sowing the Seeds of Hope program (1999-2010) provided behavioral health services to uninsured, underinsured and other at-risk farm and ranch families and agricultural workers. [2014-12-03]. Mer info: <http://www.agriwellness.org/SSoH.htm>
- Stallones L. 1990. Suicide mortality among Kentucky farmers, 1979–1985. *Suicide Life-Threatening Behavior*; 20(2):156-163. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2385858>
- Stallones L & Beseler C. 2004. Safety practices and depression among farm residents. *Annals of Epidemiology*; 14(8):571-578. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15350957>
- Stallones L & Beseler C. 2002. Pesticide poisoning and depressive symptoms among farm residents. *Annals of Epidemiology*; 12(6):389-394. [2014-10-28].
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1047279701002988>
- Stallones L, Leff M, Garrett C, Criswell L, Gillan T. 1995. Depressive symptoms among Colorado farmers. *Journal of Agricultural Safety and Health*; 1(1):37-43. [2014-10-28].
http://nasdonline.org/static_content/documents/1286/d001084.pdf
- Thelin A, Stiernstrom EL, Holmberg S. 2000. Psychosocial conditions and access to an occupational health service among farmers. *International Journal of Occupational and Environmental Health*; 6(3):208-214. [2014-10-28]. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10926725>
- Uthardt L. 2009. Jordbrukaren mellan tradition och förnyelse. Doctoral thesis. (In Swedish). Åbo, Finland: Åbo Akademis förlag. p. 1-272. [2014-10-28].
<http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/50690/UthardtLorenz.pdf?sequence=3>
- Van Haaften EH, Olff M, Kersten PH. 2004. The psychological impact of the Foot and Mouth Disease crisis on Dutch dairy farmers. *NJAS-Wageningen Journal of Life Sciences*; 51(4):339-349. [2014-10-28]. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1573521404800010#>
- Walker JF. 2012. Mental health in the rural sector – a review. Report. Farm Safe New Zealand. p. 1-49. [2014-10-28]. <http://farmsafe.co.nz/wp-content/uploads/2012/10/Final-Report-Mental-Health-in-the-Rural-Sector.pdf>
- Walker LS & Walker JL. 1987. Stressors and symptoms predictive of distress in farmers. *Family Relations*; 36(4):374-8. [2014-10-28]. <http://www.jstor.org/stable/584486>

- Wallis A & Dollard MF. 2008. Local and global factors in work stress: the Australian dairy farming exemplar. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health Journal; Supplements* (no 6):66-74. [2014-10-28]. http://www.sjweh.fi/show_abstract.php?abstract_id=1253
- Webster J. 2011. Husbandry and Animal Welfare. In: Webster, J. (Ed.) *Management and Welfare of Farm Animals*. UFAW Farm Handbook. 5th edition. West Sussex, UK: Wiley-Blackwell Publication; p. 1-30. [2014-11-27].
<http://eu.wiley.com/WileyCDA/WileyTitle/productCd-1405181745.html>
- Wijngaarden v. 2003. An exploratory investigation of suicide and occupational exposure. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*; 45:96-101. [2014-10-28].
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12553184>