

# Rehabärende #3 i Adato

Samling noteringar i syfte att hjälpa medarbetaren åter i arbete

---

<b>Organisation</b>	Testföretaget / Ögonstenen
<b>Datum</b>	2025-04-24
<b>Diarienummer</b>	
<b>Sjukdomstyp</b>	Belastningssjukdomar
<b>Sjukdomsorsak</b>	Fysiska arbetsförhållande
<b>Prognos</b>	Sjukersättning
<b>Status</b>	Avslut
<b>Avslutsdatum</b>	2026-03-23
<b>Beskrivning</b>	

# Tidiga signaler

Notering i rehabärende #3 i Adato

Skapad: 2026-03-23 14:26 av Villiam Melin

---

<b>Datum</b>	2025-04-15
<b>Ansvarig</b>	Villiam Melin
<b>Vad är den medicinska orsaken till sjuknmälan?</b>	Medarbetaren uppger att sjukfrånvaron är kopplad till stressrelaterade besvär, inklusive trötthet och nedsatt återhämtningsförmåga. Någon specifik fysisk diagnos har inte angivits, men besvären bedöms vara arbetsrelaterade i viss utsträckning.
<b>Hur mår du?</b>	Medarbetaren beskriver ett nedsatt mående med perioder av trötthet, stress och svårigheter att koppla av. Samtidigt uppger personen att det finns en viss förbättring jämfört med tidigare, men att återhämtningen fortfarande är otillräcklig.
<b>Finns det möjlighet för dig att arbeta med anpassade arbetsuppgifter?</b>	Ja, medarbetaren bedömer att det finns möjlighet att arbeta i viss omfattning med anpassade arbetsuppgifter. Det förutsätter minskad arbetsbelastning, tydligare prioritering samt fokus på mindre komplexa och mer avgränsade uppgifter.
<b>Förväntad sjukskrivningsperiod?</b>	Sjukskrivningsperioden bedöms i nuläget vara kortvarig, med ambition om successiv återgång i arbete. Exakt tidsram är inte fastställd och följs upp löpande utifrån medarbetarens mående och arbetsförmåga.
<b>När och hur tas nästa kontakt?</b>	Nästa kontakt planeras som en uppföljning inom en vecka via möte eller telefon. Syftet är att följa upp mående, arbetsförmåga samt behov av ytterligare anpassningar. Därefter sker löpande avstämningar utifrån behov. <b>Kom överens utifrån orsak och mående. Medarbetaren har en skyldighet att vara tillgänglig under sjukskrivning och att samverka.</b>

# Anteckning

Notering i rehabärende #3 i Adato

Skapad: 2026-03-23 14:30 av Villiam Melin

---

**Rubrik** Stress och hög arbetsbelastning

**Datum** 2026-03-23

**Rehabsteg** Sjukskrivning

**Prognos** Sjukersättning

**Rubrik** Stress och hög arbetsbelastning

**Anteckning** Medarbetaren har haft en period av nedsatt arbetsförmåga kopplad till hög arbetsbelastning och bristande återhämtning. I dagsläget finns en förbättring i måendet, men fortsatt behov av struktur, prioritering och anpassning för att säkerställa en hållbar återgång i arbete. Arbetsförmågan bedöms vara delvis återställd, med god prognos vid rätt stödinsatser.

# Plan för återgång i arbete

Notering i rehabärende #3 i Adato

Skapad: 2026-03-23 14:32 av Villiam Melin

<b>Datum</b>	2026-03-23
<b>Ansvareg</b>	Villiam Melin
<b>Rehabsteg</b>	Utredning av arbetsförmåga
<b>Kan arbetstagaren antas återgå helt i ordinarie arbete inom 60 dagar från och med första sjukdagen?</b>	Ja
<b>Om ja, dokumentera skälen för ditt ställningstagande. Om Nej, gå vidare till punkt 3 om ingen av situationerna under 2.a är aktuella.</b>	Med hjälp av arbetsanpassningar bedömer vi att det är fullt rimligt.
<b>Arbetstagaren kan, oavsett sjukskrivningens längd, återgå helt i ordinarie arbete utan några särskilda åtgärder. Om det senare visar sig att det blir aktuellt med åtgärder, så ska du ta fram en plan.</b>	Medarbetaren har haft en period av nedsatt arbetsförmåga kopplad till hög arbetsbelastning och bristande återhämtning. I dagsläget finns en förbättring i måendet, men fortsatt behov av struktur, prioritering och anpassning för att säkerställa en hållbar återgång i arbete. Arbetsförmågan bedöms vara delvis återställd, med god prognos vid rätt stödinsatser.  Planen följs upp kontinuerligt och justeras vid behov i dialog mellan chef och medarbetare. Fokus ligger på att möjliggöra en hållbar återgång i arbete samt förebygga återinsjuknande genom tidiga insatser och tydlig struktur.

# Avsluta rehabärende

Notering i rehabärende #3 i Adato

Skapad: 2026-03-23 14:33 av Villiam Melin

---

<b>Datum</b>	2026-03-23
<b>Rehabsteg</b>	Avslut
<b>Orsak avslut</b>	Åter i ordinarie arbete
<b>Anteckning</b>	Åter i ordinarie arbete
<b>Sjukdomstyp</b>	Belastningssjukdomar
<b>Sjukdomsorsak</b>	Fysiska arbetsförhållande

# Omtankessamtal

Notering i rehabärende #3 i Adato

Skapad: 2026-03-23 14:29 av Villiam Melin

<b>Datum</b>	2026-03-23
<b>Ansvarig</b>	Villiam Melin
<b>1. Hur ser du själv på din sjukfrånvaro?</b>	Medarbetaren beskriver att sjukfrånvaron främst har varit kopplad till en period av hög belastning och bristande återhämtning. Personen upplever inte att det handlar om en enskild händelse, utan snarare om en successivt ökad påfrestning som påverkat ork och mående.
<b>2. Hur bedömer du att dina fysiska, psykiska och sociala förutsättningar är för ditt arbete?</b>	Medarbetaren uppger att den psykiska belastningen har varit hög under en längre period, främst till följd av arbetstempo, flera parallella arbetsuppgifter och begränsat utrymme för återhämtning. Fysiskt finns inga större hinder, men den samlade belastningen har påverkat energinivå och fokus i arbetet.
<b>3. Hur trivs du med ditt arbete?</b>	5  Medarbetaren trivs i grunden med sina arbetsuppgifter och upplever arbetet som meningsfullt. Samtidigt finns en upplevelse av att arbetsbelastningen periodvis blir hög, vilket påverkar trivseln negativt.
<b>4. Hur trivs du med dina arbetskamrater?</b>	6  Medarbetaren upplever god gemenskap och ett gott samarbete i arbetsgruppen. Kollegiala relationer beskrivs som en tydlig styrka och en viktig friskfaktor i arbetssituationen.
<b>5. Hur trivs du med dina arbetstider?</b>	4  Arbetstiderna fungerar i huvudsak, men medarbetaren beskriver att de periodvis upplevs bidra till otillräcklig återhämtning. Det finns ett behov av bättre balans mellan arbetsinsats och vila.
<b>6. Har du fått genomgång/utbildning i hur du ska arbeta korrekt ergonomiskt?</b>	Ja
<b>Om du svarat nej ovan: Är du i behov av ergonomisk genomgång/utbildning i arbetet?</b>	Nej
<b>7. Har du kunskap i hur du ska agera i en situation med hot och våld?</b>	Ja
<b>Om du svarat nej ovan, gör tillsammans med din chef en handlingsplan för detta.</b>	Medarbetaren uppger att det finns en grundläggande kunskap om hur sådana situationer ska hanteras.
<b>8. Har du några egna förslag på anpassningar eller arbetsredskap som skulle underlätta för dig i arbetet?</b>	Medarbetaren önskar tydligare prioritering vid arbetstoppar, bättre framförhållning i planeringen samt möjlighet till avstämning med närmaste chef vid perioder med hög belastning. Personen lyfter även behov av tydlighet kring vilka uppgifter som kan prioriteras ned vid hög arbetsbelastning.

# Omtankessamtal

Notering i rehabärende #3 i Adato

Skapad: 2026-03-23 14:29 av Villiam Melin

**9. Har du anställning hos andra arbetsgivare?** Nej

**10. Studerar du?** Nej

**11. Kan det finnas orsaker utanför arbetet som påverkar din hälsa? (ex boende, ekonomi, familjesituation eller annat)** Nej

**Om du svarat ja: Ange vad**

Medarbetaren uppger att det i nuläget inte finns några kända faktorer utanför arbetet som bedöms påverka hälsan i sådan omfattning att det har betydelse för arbetssituationen.

Begreppet **Hälsokorset** är en vedertagen modell inom hälsovetenskapen. Den introducerades av professor Gösta Tibblin och illustrerar förhållandet mellan objektiv hälsa (frisk-sjuk) och subjektivt välbefinnande (mår bra-mår dåligt). Modellen visar att en person kan vara medicinskt sjuk men ändå uppleva att hen mår bra, och vice versa. Detta perspektiv betonar att hälsa inte enbart handlar om frånvaro av sjukdom, utan också om individens egen upplevelse av välbefinnande.

**Hur mår du idag?** 3

**Hur sjuk känner du dig idag?** 6

**Åtgärd**

**Ansvarig** Villiam Melin

**Datum** 2025-04-24

**Datum utförd** 2025-04-24

**Åtgärd** Möte, uppföljning

**Beskrivning** 14 dagar. Starta rehabärende om fortfarande frånvarande

# Sjukfrånvaro i Adato

Här listas sjukfrånvaro mellan 2024-04-24 och 2026-03-23

---

<b>Organisation</b>	Testföretaget / Ögonstenen		
<b>Datum från</b>	2025-04-05		
<b>Datum till</b>	2025-04-08		
<b>Sjukprocent</b>	100	<b>Löneartskod</b>	Sjukdom

---

<b>Organisation</b>	Testföretaget / Ögonstenen		
<b>Datum från</b>	2025-04-16		
<b>Datum till</b>	2025-04-28		
<b>Sjukprocent</b>	100	<b>Löneartskod</b>	Sjukdom

---

<b>Organisation</b>	Testföretaget / Ögonstenen		
<b>Datum från</b>	2025-07-31		
<b>Datum till</b>	2025-08-07		
<b>Sjukprocent</b>	100	<b>Löneartskod</b>	Sjukdom

---

<b>Organisation</b>	Testföretaget / Ögonstenen		
<b>Datum från</b>	2025-09-08		
<b>Datum till</b>	2025-09-09		
<b>Sjukprocent</b>	100	<b>Löneartskod</b>	Sjukdom

---

<b>Organisation</b>	Testföretaget / Ögonstenen		
<b>Datum från</b>	2025-12-07		
<b>Datum till</b>	2025-12-09		
<b>Sjukprocent</b>	100	<b>Löneartskod</b>	Sjukdom

---

# Sjukfrånvaro i Adato

Här listas sjukfrånvaro mellan 2024-04-24 och 2026-03-23

---

<b>Organisation</b>	Testföretaget / Ögonstenen		
<b>Datum från</b>	2026-03-02		
<b>Datum till</b>	2026-03-12		
<b>Sjukprocent</b>	100	<b>Löneartskod</b>	Sjukdom

---

<b>Organisation</b>	Testföretaget / Ögonstenen		
<b>Datum från</b>	2026-03-23		
<b>Datum till</b>			
<b>Sjukprocent</b>	100	<b>Löneartskod</b>	Sjukdom