

Werkstress verhoogt de kans op hartinfarct

INLEIDING

Diverse onderzoeken laten zien dat werkgerelateerde stress een aanzienlijke invloed heeft op het ontstaan van coronaire hartziekten. Toch blijft werkstress een moeilijk te onderzoeken determinant, mede omdat vele andere factoren een negatieve invloed op stress kunnen hebben. Tegenwoordig wordt werkstress gedefinieerd als een hoge werkdruk in combinatie met weinig eigen controlemechanismen op het werk, zoals keuzevrijheid en groeimogelijkheden. Hoge werkeisen en weinig beslissingsbevoegdheid dragen ook bij aan deze vorm van stress. Het grootste probleem van onderzoek naar werkstress is het fenomeen van omgekeerde causaliteit. De aanwezigheid van hartklachten op zichzelf zou namelijk juist tot meer stress kunnen leiden in plaats van andersom. De onderzoeksvraag betrof de relatie tussen werkstress en het ontstaan van hartinfarcten.

ONDERZOEK

Design In deze meta-analyse werd data gebruikt van 13 onafhankelijke cohortonderzoeken die in de periode tussen 1985 en 2006 hadden plaatsgevonden.¹ Deze onderzoeken waren alle in West-Europa en Scandinavië uitgevoerd, waarbij in totaal 203.816 patiënten werden geïncludeerd. Met gevalideerde vragenlijsten werd de mate van stress op het werk gemeten, waaronder werkeisen, werkbelasting en stuurmogelijkheden. Zowel alle fatale als niet-fatale hartinfarcten werden geregistreerd als uitkomstmaat.

Methode Aan de hand van de vragenlijsten maakten de auteurs een werkstressmodel dat uiteindelijk bestond uit twee groepen werkende patiënten: een groep met hoge werkstress versus een groep met weinig tot geen werkstress. Zij analyseerden de werkstress op een hartinfarct met het proportionele hazards-model. Zij corrigeerden voor alle andere risicofactoren die een potentiële invloed zouden kunnen hebben op een hartinfarct. Vervolgens hebben ze extra analyses uitgevoerd teneinde de bias van omgekeerde causaliteit (hartklachten versus werkstress) te verminderen. Bij deze analyses werden de hartinfarcten die plaatsvonden in de eerste drie en vijf jaar na de start van het onderzoek uitgesloten.

Resultaten Uit het onderzoek bleek dat door 30.214 patiënten (15%) van de onderzoeksgroep stress op het werk werd gerapporteerd en dat er in totaal 2358 keer een hartinfarct plaatsvond. Het attributief risico van werkstress voor de gehele onderzoeksgroep bleek 3,4 % (95%-BI 1,5-5,4). Na correctie voor leeftijd en geslacht bleek de hazardratio (HR) voor het krijgen van een hartinfarct 1,23 (95%-BI 1,10-1,37) voor de werkstressgroep. Nog hoger bleek de HR bij exclusie van de gevallen van hartinfarcten die in de eerste drie jaar plaatsvonden (HR 1,31; 95%-BI 1,15-1,48) en na vijf jaar na de start van de follow-upperiode (HR 1,30; 95%-BI 1,13-1,50). Verdere correctie voor de bekende risicofactoren voor hart- en vaatziekten veranderde

het risico van werkstress op coronaire hartziekten niet substantieel.

Conclusie Op basis van data uit eerdere cohortonderzoeken concluderen de auteurs dat stress op het werk een significant verhoogd risico geeft op de incidentie van hartinfarcten. Dit risico is zelfs nog hoger als voor causale bias tussen stress en hartinfarcten werd gecorrigeerd. De auteurs tekenen hierbij wel aan dat dit effect een bescheiden plaats inneemt ten opzichte van de andere risicofactoren voor het krijgen van een ischemische hartziekte, zoals roken en overgewicht.

INTERPRETATIE

Aan de jarenlange controverse rondom het effect van werkstress is met deze groots opgezette en methodologisch sterk uitgevoerde meta-analyse een eind gekomen: stress op het werk is niet goed voor het hart. De exclusie van hartinfarcten die in de eerste jaren plaatsvonden versterkte dit effect en minimaliseerde de bias van omgekeerde causaliteit. Toch blijft werkstress als risicofactor op zichzelf maar een magere rol spelen in het krijgen van een hartinfarct: het risico van abdominale obesitas, roken en lichamelijke inactiviteit is vele malen hoger. Omdat de auteurs gebruikmaakten van niet-gerandomiseerde observationele data kon helaas geen conclusie worden getrokken over het direct causale verband tussen werkstress en hartinfarcten.

De vorig jaar herziene NHC-Standaard Cardiovasculair risicomanagement stelt dat werkgerelateerde stressfactoren het risico op hart- en vaatziekten verhogen. Deze meta-analyse geeft verdere onderbouwing van deze stelling, preventie van werkstress zou het risico op een hartinfarct dan ook kunnen verlagen. Het lijkt mij dat er voor zowel de bedrijfsarts als de overheid een taak is weggelegd om deze vorm van psychosociale stress te verminderen. Daarnaast dient de patiënt alert te zijn op de mate van werkbelasting. Werkgevers moet zich bewust zijn dat hoge werkstress gezondheidsrisico's (zoals een hartinfarct) met zich meebrengt en dat een proactief beleid leidt tot minder ziekteverzuim. ■

LITERATUUR

- 1 Kivimäki M, Nyberg ST, Batty GD, Fransson EI, Heikkilä K, Alfredsson L, et al. Job strain as a risk factor for coronary heart disease: a collaborative meta-analysis of individual participant data. *Lancet* 2012;380:1491-7.