

# Informatie voor zorgverleners

Met de PSA-index vragenlijst worden de verschillende stadia gemeten waarin iemand zich kan bevinden op weg naar langdurige uitval door psychische stress-gerelateerde klachten.

De PSA-index is een betrouwbaar meetinstrument dat de waarschijnlijkheid voorspelt van langdurige uitval als gevolg van psychologische stress-gerelateerde redenen. De betrouwbaarheid ervan is gebaseerd op verzamelde gegevens (>10.000 werknemers uit diverse sectoren) en de wetenschappelijke validatie van de vragenlijst. De PSA-index meet consequent en nauwkeurig wat het beoogt te meten, namelijk de psychosociale werkbelasting en het risico op stress gerelateerde uitval.

## Welke uitslagen zijn er?

Deelnemers krijgen middels een stoplichtsysteem een overall risico score die de ernst van de klachten en de kans op verergering en uitval aangeeft.

Groen: Men is in balans

Oranje: Als er niets verandert wordt men op termijn ziek

Rood: Er is sprake van ernstige klachten, veelal is behandeling nodig

Uit ons onderzoek is gebleken dat 12,7% at risk is. 75% neemt hiervan actie en is binnen 3 maanden weer in balans.

De werknemers krijgen eveneens met een stoplichtsysteem uitslag over subitems van de vragenlijst zoals werkdruk/ herstelbehoefte/ algemene stress meting etcetera.

De totale uitslag kan men downloaden als pdf bestand.

## Wat zijn de gegeven adviezen?

Het kan dus zijn dat uw patiënt zich bij u meldt met de uitslag van onze vragenlijst.

De werknemers met de *oranje score* worden aangespoord actie te nemen en hun balans weer te gaan herstellen. Als men merkt hier niet zelf uit te komen raden we aan contact op te nemen met de bedrijfsarts/ arboarts of huisarts.

Mensen met een *rode score* hebben langere tijd stresssignalen van hun lichaam en geest genegeerd en hebben ernstige klachten. We adviseren hen contact op te nemen met hun huisarts om lichamelijke oorzaken van de klachten uit te sluiten en zo nodig behandeling op te starten. Werknemers met een rode score zijn vaak in deze situatie beland omdat ze bepaalde overtuigingen hebben over 'hoe het moet': ik moet slagen/ ik moet helpen/ ik mag niet falen/ ik mag niemand teleurstellen etcetera. Deze overtuigingen hebben ertoe geleid dat men niet goed voor zichzelf heeft gezorgd en meerdere malen over hun grens zijn gegaan. Hierdoor zijn ze uitgeput geraakt. Om te kunnen herstellen en later niet in dezelfde valkuil van deze overtuigingen te vallen adviseren wij behandeling. Veelal is dat cognitieve gedragstherapie.

## **Vragen?**

U kunt uitgebreide informatie vinden op onze website: [www.psa-index.nl](http://www.psa-index.nl). U kunt ook Jurriaan Blekemolen, directeur Medische Zaken PSA-index BV benaderen. Hij heeft de vragenlijst ontwikkeld. Zijn email-adres is: [jrmblekemolen@psa-index.nl](mailto:jrmblekemolen@psa-index.nl).

PSA-index BV, gevestigd te Muiderberg  
KVK 90883144, tel : 020 - 2117 885