

Onderzoek naar slaapproblemen onder medewerkers in zorg en welzijn


1290
respondenten



IZZ. Het ledencollectief van mensen in de zorg.



46%

Van zorgmedewerkers ervaart slaapproblemen. Toename tov 2021, toen was het 33%

69%

1 vermoeidheid en lusteloosheid



39%

2 concentratieproblemen

35%

3 prikkelbaarheid

Onrustige of verstoorde slaap is meest voorkomende vorm van slaapprobleem (34%).



Met name de groep jonger dan 40 jaar heeft stress als gevolg van hoge werkdruk

34%

42%

 van werknemers met slaapproblemen geeft aan dat dit invloed heeft op het werkvermogen.

2/3

 bespreekt slaapproblemen op werk. Ruim de helft van deze groep geeft aan dat problemen delen op werk verlichting geeft.

Slaapproblemen bespreekbaar maken op het werk verlicht. Erkenning en herkenning bij collega's. De rol van collega's en leidinggevende moet dus niet worden onderschat.

