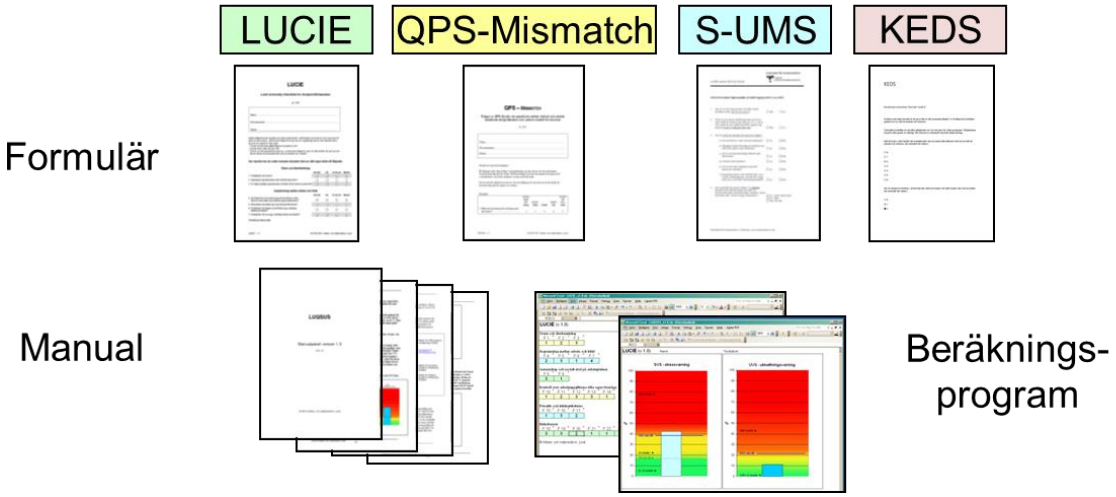
LUQSUS-K-paketet



LUQSUS-K är ett programpaket utvecklat vid Arbets- och miljömedicin & Institutionen för psykologi, Lunds universitet. LUQSUS-K innehåller följande komponenter:

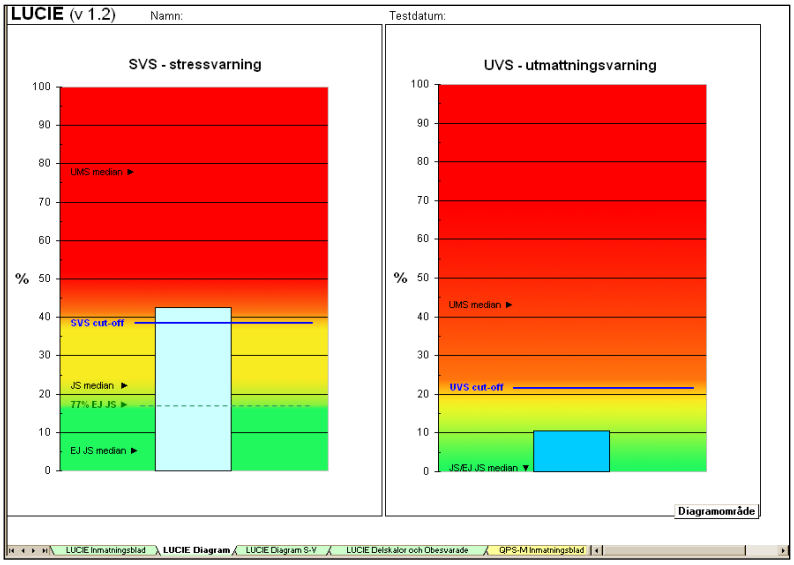
- **LUCIE** = Lund University Checklist for Incipient Exhaustion
- **QPS-Mismatch** = Frågor om passform mellan individ och arbete ur QPS Nordic bedömda enligt Maslach och Leiters modell för burnout
- **S-UMS** = Självskattning av Socialstyrelsens kriterier för utmattningssyndrom, skapat av Institutet för Stressmedicin, Göteborg
- **KEDS** = Karolinska Exhaustion Disorder Scale, skapad av Karolinska Institutet

LUCIE

Syftet med LUCIE är att kunna identifiera förstadier av utmattning.
LUCIE utvecklades i en forskningsstudie av arbetsrelaterad utmattning som genomfördes 2006-2008 vid Arbets- och miljömedicin, Lunds universitet. I studien observerades att vissa besvär eller problem rapporterades som påfallande vanliga och tydliga redan i *förstadierna* till utmattning, dvs. när patienten såg tillbaka på tiden långt före sjukskrivningens början. Frågorna i LUCIE baseras på dessa tidiga tecken, uppdelade i sex kategorier:
(A) Sömn och återhämtning
(B) Avgränsning mellan arbete och fritid
(C) Gemenskap och socialt stöd på arbetsplatsen
(D) Kontroll över arbetsuppgifter och egen förmåga
(E) Privatliv och fritidsaktiviteter
(F) Hälsobesvär
Frågorna har validerats genom att låta de f d patienterna skatta intensiteten av dessa problem under halvåret före sjukskrivningen. Parallellt har LUCIE utprovats i en befolkningsgrupp som vid två tillfällen över fem år hade konstant hög resp. låg *Job Strain* enligt Krav-Kontroll-Stöd-modellen. LUCIE innehåller de 28 frågor som bäst differentierade mellan *både* (a) dem

som angett bestående hög Job Strain (dvs. höga krav och låg kontroll) kontra gruppen med låg Job Strain, *och* (b) mellan de f d patienterna med utmattning och båda övriga grupper. Detta ger två skalor, en som speglar mildare tecken på långvarig stress (SVS) och en annan som specifikt varnar för begynnande utmattning (UVS). SE FIGUR 1.

Figur 1.
Exempel på SVS- och UVS- skalorna i LUCIE.



QPS-Mismatch

QPS-Mismatch är avsett att ge en ungefärlig bild av en individs psykosociala belastning i arbetet.

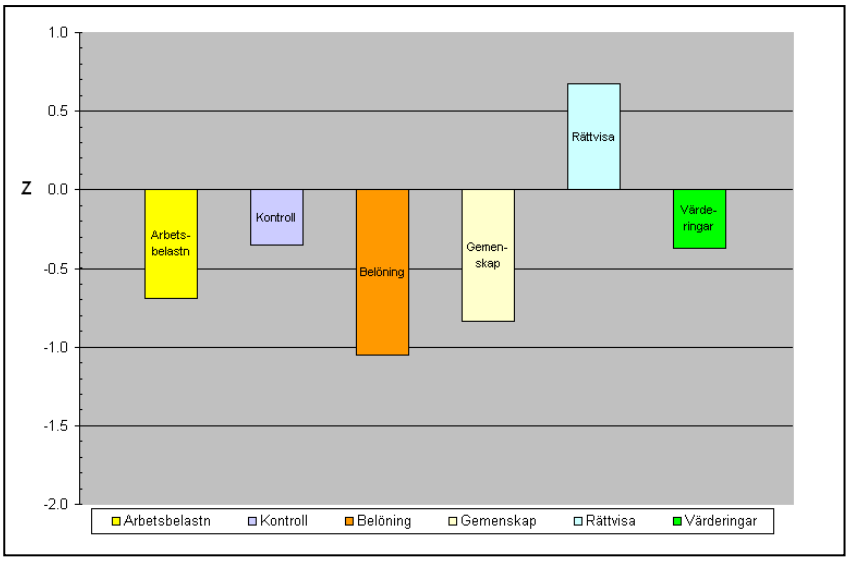
I nämnda studie av patienter med arbetsrelaterad utmattning använde vi formuläret QPS Nordic för att få information om sådan belastning före insjuknandet. Vi tillämpade modellen av Maslach och Leiter, i vilken utvecklingen av burnout betraktas som orsakad av bristande passform (mismatch) mellan individens resurser/förväntningar på arbetet och arbetets faktiska karaktär, fördelat över 6 dimensioner:

- Arbetsbelastning
- Kontroll
- Gemenskap
- Belöning
- Rättvisa
- Värderingar

Under projektets gång konstaterades att ett c:a en tredjedel av frågorna i QPS-Nordic gav all väsentlig information. De 38 frågor där patienter med arbetsrelaterad utmattning skiljde sig tydligast från den nordiska referensgruppen för QPS-Nordic inkluderades i QPS-Mismatch v 1. Förutom färre frågor är den främsta skillnaden mellan QPS-Nordic och QPS-Mismatch att den senare ger en ”mismatch-profil”, som speglar brister i passform mellan arbetsinnehåll och individens resurser. Profilen kan ge värdefull vägledning till vilka teman som främst bör tas upp vid efterföljande patientsamtal. SE FIGUR 2.

NYTT: I version 3.2 av LUQSUS-K (2024) visas även svaren på varje enskild fråga som färglagda percentil-intervall i förhållande till den nordiska referensgruppen.

Figur 2.
Exempel på mismatch-profil i QPS-Mismatch.



S-UMS

Detta korta formulär innebär att patienten gör en **självskattning av Socialstyrelsens kriterier för utmattningssyndrom**. S-UMS har inkluderats i LUQSUS-K med tillåtelse av Institutet för Stressmedicin, Göteborg, som har utvecklat och utprövat instrumentet. S-UMS har validerats i en uppföljande studie av hälso- och sjukvårdsanställda, där man visat att en indikation i s-UMS kan predicera senare sjukskrivning för utmattning. Mer information om formuläret finns här: https://www.vgregion.se/ov/ism/stress--rad-och-behandling/for_vardgivare/Skattningsformular/

KEDS

Syftet med KEDS är att kunna identifiera utmattningssyndrom. KEDS har inkluderats i LUQSUS-K med tillåtelse av Karolinska Institutet. KEDS utvecklades inom ramen för kliniska utvecklingsprojekt vid KIDS (Karolinska institutet på Danderyds sjukhus) och Danderyds sjukhus, där parallella behandlingsalternativ för utmattningssyndrom har utarbetats och utvärderats. KEDS-frågorna speglar det aktuella tillståndet definierat som hur respondenten känt sig de senaste två veckorna. De frågor som ingår i det aktuella KEDS (version KEDS-9) är utvalda på basis av deras överensstämmelse med Socialstyrelsens kriterier för utmattningssyndrom.

KEDS omfattar 9 frågor, där varje fråga har 7 svarsalternativ som sträcker sig från 0 till 6, där högre värden representerar allvarligare besvär. Poängen tas fram genom att summera frågornas poäng och ger en indikation på hur allvarliga symtomen är. Vid 19 poäng eller högre anses det föreligga risk för utmattningssyndrom.

KEDS har utvärderats bland 200 patienter som diagnosticerats med utmattningssyndrom och 117 friska kontroller, under tiden 2005 till 2010, vilket visade mycket god förmåga att särskilja patienter och kontroller.

Vad som ingår i LUQSUS-K

- **Frågeformulären** LUCIE, QPS-Mismatch, S-UMS och KEDS för utskrift på papper.
- **Beräkningsprogram** för LUCIE, QPS-Mismatch, S-UMS och KEDS.
  Patientens svar matas in i en Microsoft Excel-fil, vilket visar resultaten i diagram jämfört med referensdata.
- En utförlig **användarmanual** för LUCIE, QPS-Mismatch, S-UMS och KEDS.

Senare utveckling

LUCIE

Under en lång rad av år har LUCIE, S-UMS, KEDS och flera andra instrument för mätning av stress och utmattning studerats i en större valideringsstudie (n=1355), där deltagarna besvarat formulären varje kvartal under tre års tid. Ett av studiens syften var att verifiera att stigande poäng i LUCIE har ett samband med negativa förändringar i livssituationen, dvs. ökad belastning. Resultaten visade att successiva negativa förändringar i arbetssituationen var den mest framträdande förändringen relaterad till stigande LUCIE-poäng över tid. Vi kunde också se förväntade positiva samband mellan resultat i LUCIE och resultat i t ex s-UMS och KEDS. Resultaten kan således betraktas som en validering av LUCIE för detektion av mild/begynnande arbetsrelaterad utmattning.

KEDS

KEDS utprovas f n ytterligare i andra pågående studier. Se länk nedan.

Närmare information

För närmare information om instrumenten som ingår i LUQSUS-K, se följande länkar på vår hemsida:

LUQSUS-K-manualen:
https://fhvmetodik.se/Manual_Individ_LUQSUS

Vetenskapliga publikationer: https://fhvmetodik.se/Lankar_LUQSUS

LUQSUS-K för gruppundersökning

Ett kompletterande beräkningsprogram för grupper finns att ladda ner på LUQSUS-K-hemsidan: https://fhvmetodik.se/luqsus/, se länken ”LUQSUS-K för gruppundersökning”.

Om du vill börja använda LUQSUS-K

Den aktuella version 3.1 av LUQSUS-K är fritt nedladdningsbar och kostar inget att använda. Under installationen krävs dock att du godkänner ett användaravtal. Innehållet i Användaravtalet kan du studera separat innan du tar ställning till om du vill ladda ner LUQSUS-K, se länk på denna sida: https://fhvmetodik.se/luqsus/

LUQSUS-K kräver följande av din dator:

- **Operativsystemet Windows: XP, 7, 8, 10 eller 11.**
- **Microsoft Excel, version 2010, eller senare version.**

OBSERVERA att LUQSUS-K INTE är kompatibelt med Mac OS.

2026-11-22

Kai Österberg
kai.osterberg@psy.lu.se