

Pressemeddelelse

København, den 31. marts 2026

Ny rapport: Fysiske smerter og mental mistrivsel rammer danske arbejdspladser

En ny national sundhedsrapport viser, at mange danskere fortsat kæmper med både fysiske smerter og mental mistrivsel – Udfordringer som i stigende grad påvirker arbejdslivet. Ifølge Vicuras bør virksomheder derfor i højere grad arbejde systematisk med trivsel og forebyggelse.

Rapporten er baseret på svar fra mere end 180.000 danskere og er en af de største kortlægninger af danskeres sundhed.

Den nye Nationale Sundhedsprofil 2025 viser blandt andet, at 12,3 % af den voksne befolkning oplever fysisk smerte, som i høj grad påvirker deres daglige arbejde. Samtidig føler 9 % sig triste det meste eller hele tiden, og kun 16 % har et højt mentalt velbefindende.

Ifølge Jakob Ørnskov, adm. direktør i Vicuras, bør virksomheder i højere grad se trivsel som en strategisk prioritet.

"Hvis virksomheder ikke arbejder mere systematisk med trivsel og forebyggelse, risikerer vi, at regningen vokser i de kommende år."

Fysiske smerter påvirker arbejdslivet

Rapporten viser, at en betydelig del af befolkningen lever med fysiske smerter, som påvirker både hverdagen og arbejdsevnen. Det er en udfordring, mange virksomheder allerede oplever i praksis, fortæller Jakob Ørnskov.

"Vi taler ofte om stress og mental trivsel, men fysiske gener fylder stadig meget i mange medarbejderes arbejdsliv. Når medarbejdere går på arbejde med smerter eller fysisk ubehag, påvirker det både energi, koncentration og arbejdsglæde."

Arbejdsmiljøet spiller en central rolle

Ifølge Christina Ferm, arbejdsmiljøchef i Vicuras, viser rapporten tydeligt, at fysisk og mental sundhed hænger tæt sammen.

"Når vi arbejder med virksomheder, ser vi ofte, at fysisk og mental trivsel påvirker hinanden. Hvis medarbejdere for eksempel har smerter, dårlig søvn eller et højt stressniveau, kan det hurtigt udvikle sig til en negativ spiral."

Hun peger samtidig på, at virksomheder har gode muligheder for at forebygge problemerne gennem et systematisk arbejdsmiljøarbejde.

"Når virksomheder arbejder målrettet med arbejdsmiljø, forebyggelse og trivsel, kan de faktisk være med til at styrke medarbejdernes sundhed og fastholde et godt arbejdsliv."

Forebyggelse er en investering

Sundhedsprofilen viser også tydelige forskelle i sundhed mellem forskellige grupper i befolkningen. Personer uden for arbejdsmarkedet har generelt dårligere fysisk og mental trivsel end personer i beskæftigelse.

"Virksomheder har faktisk en større mulighed for at påvirke medarbejdernes trivsel, end mange tror. Når man arbejder strategisk med både fysisk og mental sundhed, kan man forebygge problemer, før de udvikler sig til sygefravær og langvarige forløb," siger Jakob Ørnskov.

"Jo tidligere virksomheder tager ansvar for medarbejdernes fysiske og mentale sundhed, desto bedre står de rustet til fremtidens arbejdsliv."

Fakta: Den Nationale Sundhedsprofil 2025

- Kortlægger danskernes sundhed, trivsel og livsstil
- Baseret på svar fra mere end 180.000 danskere
- Udgives af Sundhedsstyrelsen, Statens Institut for Folkesundhed og regionerne

Om Vicuras

Vicuras arbejder med sundhed, trivsel og arbejdsmiljø i danske virksomheder og hjælper organisationer med at forebygge stress, styrke mental sundhed og reducere sygefravær.

Virksomheden er Danmarks største leverandør af fysiske behandlingsordninger til arbejdspladser og leverer blandt andet massage, ergonomi og fysioterapi direkte til medarbejdere i virksomheder over hele landet.

Vicuras arbejder samtidig med forebyggende indsatser inden for trivsel, arbejdsmiljø og mental sundhed med det formål at styrke medarbejdernes sundhed og virksomhedernes bæredygtige arbejdsliv.

Kontaktoplysninger

Vicuras DK A/S

[Jakob Ørnskov](#)

Adm. Direktør i Vicuras