

F43.9 Reaktion på svår stress, ospecificerad

F43.9 Reaktion på svår stress (ospecificerad) används vanligen under en kort tid vid stress/krisreaktion, när inte kriterierna för ex. 43.0 Akut stressreaktion, F43.2 Anpassningsstörning (livskris, sorgreaktion) eller F43.8A Utmattningsyndrom är uppfyllda.

Socialstyrelsens vägledning om sjukskrivning vid olika situationer

Försäkringsmedicinskt beslutsstöd saknas.

Överväg alltid om deltidssjukskrivning är möjligt, eller om det finns möjlighet att anpassa arbetsuppgifterna. Ta hänsyn till om det finns samsjuklighet eller andra omständigheter som gör att beslutsstödet inte går att följa, motivera i så fall det under i läkarintyget.

Vanliga funktionsnedsättningar

- Nedstämd
- Ångest och/eller orolig
- Försämrat minne
- Lättirriterad
- Svårt att koppla av och varva ned
- Svårt att koncentrera sig
- Svårt att samla sina tankar
- Beskriver en trötthet som inte går vila bort
- Beskriver nedsatt initiativförmåga
- Beskriver fysiska symtom (t ex hjärtklappning, huvudvärk, mag-tarmbesvär)
- Beskriver smärta och/eller spända muskler
- Beskriver kroppslig svaghet
- Beskriver sömnstörning - sover för lite (svårt att somna och/eller vaknar ofta)
- Beskriver sömnstörning - sover för mycket
- Beskriver känslor av uppgivenhet och att inte räkna till

Vanliga aktivitetsbegränsningar

- Svårt att behålla fokus
- Ökat behov av frekventa och längre vilopausar vid/efter aktivitet
- Svårt att lösa problem och/eller planera
- Svårt att fatta beslut
- Svårt att hantera stress/krav och göra saker under tidspress
- Svårt att påbörja och/eller göra klart en uppgift

- Svårt att hantera/utföra mer än en sak i taget
- Svårt att hantera/utföra sammansatta uppgifter
- Svårt att hantera förändringar i arbetet vardagen
- Svårt av att lära nytt och/eller tillämpa kunskap
- Svårt att genomföra dagliga rutiner (t ex laga mat, handla)
- Svårt att t ex läsa en tidning eller följa ett TV-program
- Svårt med sociala relationer och delta i aktiviteter

Gradering av funktionsnedsättningar och aktivitetsbegränsningar

Gradering enligt ICF			Andra vanliga ord för gradering
0	INGET problem	0-4 %	(inget, ingen, avsaknad, obetydlig...)
1	LÄTT problem	5-24 %	(lätt, litet, lågt...)
2	MÅTTLIGT problem	25-49 %	(måttligt, medel, ganska stort...)
3	STORT problem	50-95 %	(stort, gravt, högt, extremt, svårt...)
4	TOTALT problem	96-100%	(fullständigt...)