

העלות המקרו כלכלית של הפרעות שינה

אם מעסיקים ינסו לגלות מה הסיבה לירידה בתפוקה של עובדיהם, הם יתקשו לזהות שמדובר בהפרעות שינה, אך את הנזקים שלהן הם ירגישו היטב

מיכאל תבור



מיכאל תבור | צילום: פרטי

רובנו מכירים את האמירה המשעשעת: "הוא ישן כמו תינוק, קם כל שעה ובוכה". מאידך, במסורת היהודית שלנו, נדודי השינה של המלך אחשׁוורוש במגילת אסתר, "בלילה ההוא נדדה שנת המלך", הובילו דווקא לתוצאה טובה. אם להתייחס לסטטיסטיקות שמתעלמות מק-טגוריות שונות, הרי כ-30% מהאוכלוסייה סובלים מהפרעות שינה. סביר להניח כי אם השאלה הייתה מי סבל בשלב מסוים של חייו מהפרעות שינה, הרי שהאחוז היה עולה. אבל ברור שהפרעות שינה כמוכנן החמור הם נפריצות פחות ובמצב שבו הן הן מהוות הפרעה של ממש לתפקוד, הרי על פי הגדרות חומרה ומהות שונות, הן עשויות לפגוע בכ-10% עד 25% מהאוכלוסייה.

אנשים הסובלים מהפרעות שינה קשות וממושכות יכולים להעיד על הנוקים המצטברים, אך רבים מהם מנסים להסתיר את העניין ככל שניתן ממעסיקהם או מגורמים אחרים בסביבתם. במקרים של הפרעות שינה קשות, רמת הריכוז יורדת, ואיתה רמת התפקוד הכוללת, עניין שיש לו השלכות ישירות על איכות העבודה והתפוקה, שלא לדבר על פגיעות ממשיות. נזקים אחרים נוגעים לפגיעות קוגניטיביות, קשר ישיר לדמנציה לסוגיה והזדקקות מוקדמת יותר לסייע ולטיפול.

מעסיקים הנתקלים בעובד הסובל מהפרעות שינה, לא יידעו לזהות את הסיבות לתפקוד נמוך וגם כשמעסיק כזה מנסה לרדת לפשר ההידרדרות של עובד בהיקף התפוקה או באיכותה, הוא לא יצליח לרוב לקבל מידע אמין ולא יוכל להשפיע בשום דרך.

התוצאה היא כי גם ירידה בתפוקה של 10% אצל 5% מהעובדים, משמעה הפסד תמ"ג בישראל של כ-10 מיליארד ש. אם נוסיף לכך הקדמה של שנה עד שנתיים בדמנציה אצל 10% מהקשישים, ולכן הזדקקות מוקדמת יותר של סיוע בצורת כוח עזר וכלים אחרים, אנו עשויים לקבל כי העלות הנר-ספת מהתופעה הזאת עשויה גם לעבור את ה-20 מיליארד ש.

הדבר החשוב הוא להתחיל במודעות אצל קברניטי מערכת הבריאות ומשרד האוצר, כך ששני הגופים האמונים על תקצוב נושאי בריאות יהיו מודעים לאחת המגיפות היותר חמורות שהחלה במאה ה-20 והתעצמה במאה ה-21

תרומה למגיפות המודרניות

במרכז הרפואי במרילנד העריכו כי בכל שנה נגרמות בארה"ב כ-200,000 תאונות דרכים וכ-1,500 הרוגים בגלל הפרעות שינה. יש גם מחקרים שמצביעים על קשר בין הפרעות שינה לסכרת והשמנת יתר, כלומר תרומה למגיפות מודרניות שפוגעות באוכלוסייה ומעמיסות על מערכת הבריאות.

בסך הכל בהערכה די והירה ניתן לטעון כי הפ-רעות השינה גורמות לנזק מקרו כלכלי של כ-30 מיליארד ש ברחף התחנות וכפול מכך ברחף העליון, זאת לעומת התמ"ג בישראל שנע סביב כ-2 טרי-ליון (אלפיים מיליארד) ש.

כמובן שאנשים מתייחסים לתופעה ברמה המ-

קית כמו שהם מתייחסים לתאונות דרכים, כגזירה שיש לקחת אותה בחשבון מבלי יכולת לשנות אותה באופן מהותי. השאלה אבל היא אחרת. איוו השקעה נדרשת על מנת לצמצם את התופעה בכ-10%, 20% או 30%.

חשוב להגביר מודעות

אם למשל היו משקיעים כ-50 מיליון ש בהגב-רת המודעות באמצעות פרסום ממוקד ומוסיפים תקנים בהיקף של 100 עובדים ברמות שונות,

שיכלו לטפל בכ-20,000 מקרים לשנה, בעלות הכוללת גם סביבת עבודה של כ-100,000 מיליון ש למערכת הבריאות על מנת שתטפל בהפרעות השינה, ניתן בעזרת 150 מיליון ש כאלה לצמצם את היקף התופעה. די בצמצום של 1%, אחוז אחד בלבד, בהיקף התופעה כדי לייצר בשנה ערך של 300 מיליון ש, שהוא כפול מעלות ההשקעה.

הדבר החשוב הוא להתחיל במודעות אצל קבר-ניטי מערכת הבריאות ומשרד האוצר, כך ששני הגופים האמונים על תקצוב נושאי בריאות יהיו

מודעים לאחת המגיפות היותר חמורות שהחלה במאה ה-20 והתעצמה במאה ה-21. חשוב לדאוג להכשרת מומחים במוסדות הרפואיים השונים, לממן את קופות החולים באופן יחסי ולהתחיל מחקר פעיל על הנוקים ודרכי המניעה של תופ-עות אלה, לרבות התועלות המושגות ממהלך כזה של בריאות הציבור.

הכותב הוא מנכ"ל קבוצת הייעוץ "תבור כלכלה ופיננסים"



הפרעות שינה הגורמות ירידה בתפוקה של 10% אצל 5% מהעובדים, משמעותן הפסד תמ"ג בישראל של כ-10 מיליארד ש. אם נוסיף לכך הקדמה של שנה עד שנתיים בדמנציה אצל 10% מהקשישים, ולכן הזדקקות מוקדמת יותר של סיוע בצורת כוח עזר וכלים אחרים, אנו עשויים לגלות כי העלות הנוספת מהתופעה הזאת עשויה גם לעבור את ה-20 מיליארד ש