



Poznámky k prejavu (krátka prezentácia)

1) „Chráňte svoje zdravie – OBMEDZTE ZÁŤAŽ!“

2) Ochorenia a poškodenia podporno-pohybovej sústavy sú pre EÚ prioritou. Lisabonská stratégia má za cieľ dosiahnuť 70-percentnú mieru zamestnanosti do roku 2010, ale takisto vytvorenie viacej a lepších pracovných príležitostí v Európe. K dosiahnutiu tohto cieľa by prispelo riešenie problematiky ochorení a poškodení podporno-pohybovej sústavy, ktoré predstavujú najväčší zdravotný problém v Európe. Aj v stratégiách Spoločenstva pre bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci je podchytenie tejto problematiky definované ako priorita.

Štatistiky Európskej nadácie pre zlepšovanie životných a pracovných podmienok (štvrtý Európsky prieskum pracovných podmienok, 2005) ukazujú, že takmer 24 % zamestnancov v EÚ-25 trpí bolesťami hlavy a 22 % sa sťažuje na bolesti svalov. *Obidva typy ochorení sa vo väčšej miere vyskytujú v nových členských štátoch (bolesti chrbtice 39 %, bolesti svalov 36 %).* Približne 62 % zamestnancov je štvrtinu pracovného času alebo aj dlhšie vystavených opakovaným pohybom rúk a ramien, 46 % práci v bolestných alebo únavných polohách a 35 % noseniu alebo premiestňovaniu ťažkých predmetov.

3) Ochorenia a poškodenia podporno-pohybovej sústavy spôsobené prácou sú poškodenia telesných štruktúr, ako napr. svalov, kĺbov, šliach, väzív a nervov alebo lokálnych systémov krvného obehu, ktoré sú zapríčinené alebo zhoršené v prvom rade vykonávaním práce a vplyvmi bezprostredného okolia, kde sa práca vykonáva.

Tieto ťažkosti postihujú najmä chrbticu, krk, ramená a horné končatiny, avšak takisto sa týkajú dolných končatín. Niektoré ochorenia a poškodenia podporno-pohybovej sústavy, ako napr. syndróm karpálneho tunela, dostali meno podľa svojich dobre definovaných symptómov. Ostatné ochorenia a poškodenia tohto druhu nie sú špecifické, pretože bolesti a mierne potiaže sa vyskytujú bez akéhokoľvek dôkazu o jednoznačnom ochorení.

Väčšina ochorení a poškodení podporno-pohybovej sústavy spôsobených prácou sú kumulatívne ochorenia, ktoré sú zapríčinené opakovaným vystavovaním sa námahe vysokej alebo nízkej intenzity počas dlhého časového obdobia. Týmito ochoreniami a poškodeniami však môžu byť aj akútne traumy, ako napr. zlomeniny, ktoré sa stanú pri úraze.

Rizikové faktory môžu pôsobiť jednotlivo, ale riziko vyvinutia ochorenia alebo poškodenia podporno-pohybovej sústavy je väčšie pri pôsobení niekoľkých faktorov súčasne. Faktory sa rozdeľujú to troch skupín: fyzické, organizačné a psychosociálne a tie, ktoré sa týkajú jednotlivcov.

Príklady takýchto rizík:

- fyzické – sila, opakované pohyby, vibrácie, ťažkopádne polohy
- organizačné – nízka miera samostatnosti/spokojnosti v práci, opakovaná práca v rýchлом tempe
- individuálne – anamnéza, fyzické možnosti, vek.

4) Kampaň „Chráňte svoje zdravie – OBMEDZTE ZÁŤAŽ!“ je kampaňou Európskej agentúry pre bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci na rok 2007, ktorej cieľom je riešenie problematiky ochorení a poškodení podporno-pohybovej sústavy na



pracovisku. Celá kampaň vyvrcholí počas Európskeho týždňa bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci v dňoch 22. až 26. októbra 2007.

Európske kampane sa uskutočňujú od roka 2000 ako každoročné série podujatí na propagovanie zlepšenia bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci. Kampaň má päť strategických cieľov: zvyšovanie povedomia, poskytovanie informácií, vypracovávanie zdrojov a ich sprístupnenie, podporovanie aktivít vplyvujúcich na pracovisko a identifikovanie a uznávanie dobrej praxe. Táto problematika bola takisto predmetom prvej európskej kampane v roku 2000 „Turn your back on MSDs“ („Obráťme sa chrbtom k muskuloskeletálnym ochoreniam“).

5) Kampaň „Chráňte svoje zdravie – OBMEDZTE ZÁŤAŽ!“ podporuje pri riešení problematiky ochorení a poškodení podporno-pohybovej sústavy prístup integrovaného manažmentu, ktorý zahŕňa prevenciu týchto ochorení a poškodení, ako aj zachovanie pracovných miest pre zamestnancov, ktorí nimi trpia. Kládie dôraz na koncepciu „riadenia záťaže“ pokrývajúcu záťaž každého druhu a rozsahu, ktorej je vystavené telo, ako aj záťaž, ktorá sa prenáša. Stres, práca v chladných podmienkach a pracovné tempo môžu, okrem ďalších, prispievať k vzniku záťaže. Preto je dôležité posúdiť celú škálu rizík ochorení a poškodení podporno-pohybovej sústavy a hľadať k nim riešenie komplexným spôsobom.

Európska kampaň sa takisto zameriava na zachovanie pracovných miest, rehabilitáciu a opätovné začlenenie zamestnancov, ktorí trpia ochoreniami a poškodeniami podporno-pohybovej sústavy. Mimoriadne významná je sociálna a organizačná podpora, ktorá má napomáhať zamestnancom nielen vrátiť sa do práce, ale následne si aj udržať zamestnanie pri pretrvávaní ich ochorení tohto druhu.

6) Všetci sme zodpovední za riešenie problematiky ochorení a poškodení podporno-pohybovej sústavy: ako zamestnávateľia, zamestnanci a ich zástupcovia pre oblasť bezpečnosti; vláda; inštitúcie pre ochranu zdravia a bezpečnosť; a tvorcovia politik.

Zamestnávateľia majú zákonnú povinnosť posúdiť riziká pracoviska a podniknúť opatrenia na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia zamestnancov. Avšak mali by urobiť viac než len dodržiavať svoje povinnosti vyplývajúce zo zákona. Zamestnávateľia by mali ísť príkladom a ukázať, že im na ochrane zdravia a bezpečnosti naozaj záleží. Je to v ich vlastnom záujme: dobré riadenie bezpečnosti je dobré pre podnikanie a je znakom efektívne riadenej organizácie.

Bezpečnosť však nezávisí len od zamestnávateľa: je aj povinnosťou zamestnancov, aby na ochranu seba samých a svojich kolegov so svojim zamestnávateľom spolupracovali. Zapojenie zamestnancov je pri posudzovaní rizík na pracovisku dosť podstatné, nakoľko nikto pracovisko nepozná lepšie ako oni. Zamestnanci by mali dostať informácie a poučenie o ochoreniach a poškodeniach podporno-pohybovej sústavy, aby vedeli, ako sa špecifickým nebezpečenstvám a rizikám vyhýbať.

Kľúčovú úlohu majú aj zástupcovia pre bezpečnosť, predstavitelia vlád, inštitúcií pre ochranu zdravia a bezpečnosť a tvorcovia politik.

7) Viac o kampani „Chráňte svoje zdravie – OBMEDZTE ZÁŤAŽ!“ nájdete na internetovej stránke európskej agentúry: <http://ew2007.osha.europa.eu>, a viac informácií o ochoreniach a poškodeniach podporno-pohybovej sústavy sa nachádza na: <http://osha.europa.eu/msds>