



Työperäiset tuki- ja liikuntaelimestön sairaudet Euroopassa

Tärkeä aihe Euroopassa

- Kaikkialla Euroopassa käsin tehtävä työ ja toistuvat liikkeet ovat riskejä, joihin on syytä kiinnittää ensisijaisesti huomiota (3)(4)(5)(6).
- Siksi "Turn your Back on Work Related Musculoskeletal Disorders" eli "Kiitos ei – Tuki- ja LiikuntaElinSairaudet" on valittu Euroopan työterveys- ja työturvallisuusviikon aiheeksi. Kukin jäsenvaltio viettää tätä teemaviikkoa vuoden 2000 lokakuussa.
- Aihe on ensisijainen, koska vaivat ovat Euroopassa yleisiä ja aiheuttavat suuria kustannuksia.
- Se on tärkeä myös siksi, että ongelmaa voidaan ehkäistä tai vähentää noudattamalla voimassa olevaa terveys- ja turvallisuuslainsäädäntöä sekä hyvää käytäntöä koskevia ohjeita.
- Raportit kaikkialta Euroopasta osoittavat, että jäsenvaltioiden on syytä ryhtyä kiireellisiin toimiin tämän asian suhteen (3)(5).

TULE-sairauksien yleisyys Euroopassa

- Tuki- ja liikuntaelinten sairauksiin (TULE-sairauksiin) kuuluu monenlaisia terveysongelmia. Selkävivot ja –vammat sekä toistuvasta rasituksesta johtuvat vammat, kuten työperäiset yläraajojen sairaudet, ovat näiden ongelmien kaksi tärkeintä ryhmää. Myös alaraajat voivat olla kuormitukselle alttiina.
- Syyt ovat taakkojen nostaminen, huonot työasennot ja toistuvat liikkeet. Jotkin vaivat liittyvät määrätynlaisiin tehtäviin tai ammatteihin.

- Joka vuosi miljoonat eurooppalaiset työntekijät kaikenkertyneissä töissä ja kaikilla aloilla kärsivät työperäisistä TULE-sairauksista. Eurooppalaiset tutkimukset tarjoavat vahvaa näyttöä siitä, että sellaiset TULE-sairaudet kuin selän, niskan ja yläraajojen vaivat ovat merkittävä terveys- ja kustannusongelma ja että ne ovat lisääntymässä (3)(4)(7).
- TULE-sairaudet ovat yleinen työperäinen terveysongelma Euroopan työntekijöiden keskuudessa: 30 % ilmoittaa kärsivänsä selkäsärystä, 17 % lihaskivuista käsivarsissa ja jaloissa, 45 % ilmoittaa työskentelevänsä kipua aiheuttavissa tai väsyttävissä asennoissa ja 33 % joutuu käsittelemään työssään raskaita taakkoja (7). Näitä lukuja esitetään maittain jaoteltuina Euroopan unionin osalta taulukossa 2.
- Edellä mainittu määrä 30 % eli ne, jotka ilmoittavat kärsivänsä joka vuosi selkävivusta, merkitsee 44 miljoonaa työntekijää Euroopassa (7).
- Terveysongelmat vaihtelevat lievähkistä vaivoista, särystä ja kivuista vakavampiin tiloihin, jotka vaativat poissaoloa työstä, lääkinhoitoa ja sairaalahoitoa.
- Hoito ja toipuminen ovat usein riittämättömiä varsinkin kroonisemmissa tapauksissa. Niinpä lopputuloksena voi olla jopa pysyvä vamma ja työn menettäminen.

TULE-riskien tunnistaminen

On olemassa näyttöä siitä, että TULE-sairaudet ovat vahvasti työperäisiä (4). Niiden syiden on havaittu liittyvän työjärjestelmien suunnitteluun (4) (7). Tärkeimmät riskitekijät mainitaan luettelossa 1.

Luettelo 1-TULE-sairauksien riskiä lisäävät tekijät

Työn fyysiset tekijät

taakat
huono asento
hyvin usein toistuvat liikkeet
käsien voimaa vaativat otteet
suora mekaaninen kehon kudoksiin kohdistuva paine
kehoon kohdistuva värinä

Työympäristö ja työn organisointi

työtahti
toistotyö
työaikajärjestelyt
palkkausjärjestelyt
yksitoikkoinen työ
väsymys
kylmät työolosuhteet
työntekijöiden omat kokemukset työn organisoinnista
psykososiaaliset työhön liittyvät tekijät

Näitä riskitekijöitä on hyvin monilla Euroopan työpaikoilla. EU:ssa esimerkiksi 7 % työntekijöistä sanoo, että heidän työhönsä kuuluu lyhyitä, toistuvia tehtäviä, 57 % sanoo, että siihen kuuluu toistuvia käden tai käsivarren liikkeitä, 56 % joutuu tekemään työnsä tiukoissa määräaajoissa, 54 % joutuu tekemään erittäin nopeatahtista työtä, 42 % ei voi päättää vapaasti tauon pitämisestä, ja 31 % ei voi valita työtahtiaan (7).



Riskiryhmät

- Sekä ammattitaitoiset että ammattitaidottomat ruumiillisen työn tekijät ovat riskialtimpia.
- Yläraajojen vaivoista kärsivät useammin naiset kuin miehet (4)(7) suurelta osin tekemänsä työn vuoksi. Esimerkiksi 35 % naispuolisista työntekijöistä EU:ssa tekee jatkuvasti luonteeltaan toistuvaa työtä, kun miesten vastaava osuus on 31 % (7).
- Vanhemmat työntekijät Euroopassa ilmoittavat enemmän TULE-ongelmista. Esimerkiksi selkävivusta ilmoittaa kärsivänsä EU:ssa keskimäärin 30 %, ja 15-24-vuotiaiden ryhmässä luku on 25 %, kun taas 55-vuotiaiden ja sitä vanhempien vastaava luku on 35 % (7). Monet vanhemmat työntekijät ovat työskennelleet kauemmin TULE-sairauksien kannalta riskialttiissa tilanteissa. Lisäksi työt on yleensä suunniteltu nuoria ja terveitä miespuolisia työntekijöitä varten (7).
- Epävarmassa työsuhteessa toimivat kuten määräaikaiset tai toimialapalvelun kautta työtä saaneet joutuvat huomattavasti useammin tekemään toistuvaluonteista työtä ja työskentelemään kuormittavissa työasunnoissa (7).

Taloudellisten kustannusten vähentäminen

- Työperäiset TULE-sairaudet aiheuttavat kipua ja kärsimystä työntekijöille sekä työssä että kotona.
- Vaikka ei ole saatavilla tarkkoja lukuja, jäsenvaltioiden arviot kaikkien työperäisten terveysongelmien kustannuksista vaihtelevat 2,6:sta 3,8 prosenttiin bruttokansantuotteesta (8).
- Suuri osa kustannuksista – ehkä jopa 40-50 % - johtuu tuki- ja liikuntaelinsairauksista (7). Saatavilla olevien TULE-sairauksien kustannuksia koskevien arvioiden mukaan kustannukset olisivat 0,5% - 2% BKT:sta (4).
- Yli 600 miljoonaa työpäivää menetetään joka vuosi Euroopassa työperäisten terveysongelmien vuoksi (7).
- Kustannuksiin Euroopan liike-elämälle sisältyvät tuotannon menetys, henkilöstön sairastelu, korvaukset ja vakuutukset, kokeneen työvoiman menetys, uusien työntekijöiden perehdytys ja ohjaaminen sekä vaivojen tai terveysongelmien vaikutus työntekijöiden tekemän työn laatuun.
- Näiden työperäisten vaivojen ehkäisy on kannattavaa liiketoimintaa.

TULE-sairauksien ehkäisy

Monet TULE-vaivat voidaan ehkäistä ergonomisin toimenpitein tekemällä muutoksia työhön ja työpaikkoihin, kun riskitekijät on

selvitetty (4). Tämä periaate on jo mukana nykyisissä EU:n direktiiveissä ja jäsenvaltioiden lainsäädännössä (10). Käytännön ohjeita ja työkaluja ehkäisytoimintaan on olemassa. TULE-sairauksien ehkäisyä koskevassa teematiedotteessa N:o 4 "Tuki- ja liikuntaelinsairauksien ehkäisy" on lisätietoa asiasta.

Lisätietojen saaminen

Lisää tietoa Euroopan työterveys- ja työturvallisuusalan teemaviikosta sekä tuki- ja liikuntaelinten sairauksista saat viraston web-sivustolta, jonka osoite on <http://osha.eu.int>, ja voit ladata julkaisujen koko tekstin kyseiseltä sivustolta ilmaiseksi. Linkin <http://osha.eu.int/ew2000/> kautta pääset Euroopan teemaviikon erityisaiheeseen.

Kirjallisuutta

1. "Turn your back on work related musculo skeletal disorders/Kiitos ei – TUKI- ja LiikuntaElinSairaudet" - viraston tiedotuslehtinen Euroopan teemaviikosta 2000
2. Viraston teematiedote N:o 4 "Preventing work related musculoskeletal disorders/Tuki- ja liikuntaelinsairauksien ehkäisy"
3. "The State of Occupational Health in the member States of the EU" - viraston raportti, 2000
4. "Work-related neck and upper limb musculoskeletal disorders" - viraston raportti, 2000
5. "Repetitive Strain Injuries" - viraston raportti, 2000
6. "Priorities and strategies in Occupational safety and health Policy in the Member States of the European Union" - viraston raportti, 1997
7. "Strain injuries", P.Paoli,-Euroopan elin- ja työolojen kehittämistäitiö, kesäkuu 1999 (julkaisematon)
8. "Työturvallisuuden ja työterveyden taloudelliset vaikutukset Euroopan unionin jäsenvaltioissa" - viraston raportti, 1998
9. "Working conditions in the European Union" (tiivistelmä vuoden 1996 katsauksesta)- Euroopan elin- ja työolojen kehittämistäitiö
10. Viraston web-sivustolta on linkki EU:n lainsäädäntöön ja jäsenvaltioiden sivustoihin, joilta voit löytää kansallista lainsäädäntöä ja suuntaviivoja.

Taulukko 2

	AU	B	DK	FIN	FR	GE	GR	IRL	IT	LU	PT	SP	SW	NL	UK	EU
TYÖPERÄISET RISKIT JA TERVEYSONGELMAT																
Selkäsärky	31	21	30	33	29	34	44	13	32	32	39	35	31	17	23	30
Lihaskivut käsivarsissa tai jaloissa	14	9	24	29	19	13	37	6	19	13	31	24	24	10	11	17
TYÖPERÄISET POISSAOLOT																
Työperäiset sairauspoissaolot viimeisten 12 kuukauden aikana, %	36	26	15	30	21	34	18	16	17	29	22	19	13	27	16	23

Lähteet: Second European Survey on Working Conditions (1996). Euroopan elin- ja työolojen kehittämistäitiö (9)