

# Terveellinen työ – kampanja Hyvien käytäntöjen kilpailu 2020–2022 TYÖPAIKKAESIMERKKI



**Tuki- ja liikuntaelinsairauksien ennalta  
ehkäiseminen suuressa sairaalassa osallistamalla  
henkilökuntaa ja huomioimalla työntekijöiden  
ikäntyminen**



#### ORGANISAATIO/YRITYS

Wienin yliopistollinen  
sairaala  
(*Universitätsklinikum  
AKH Wien*)

#### MAA

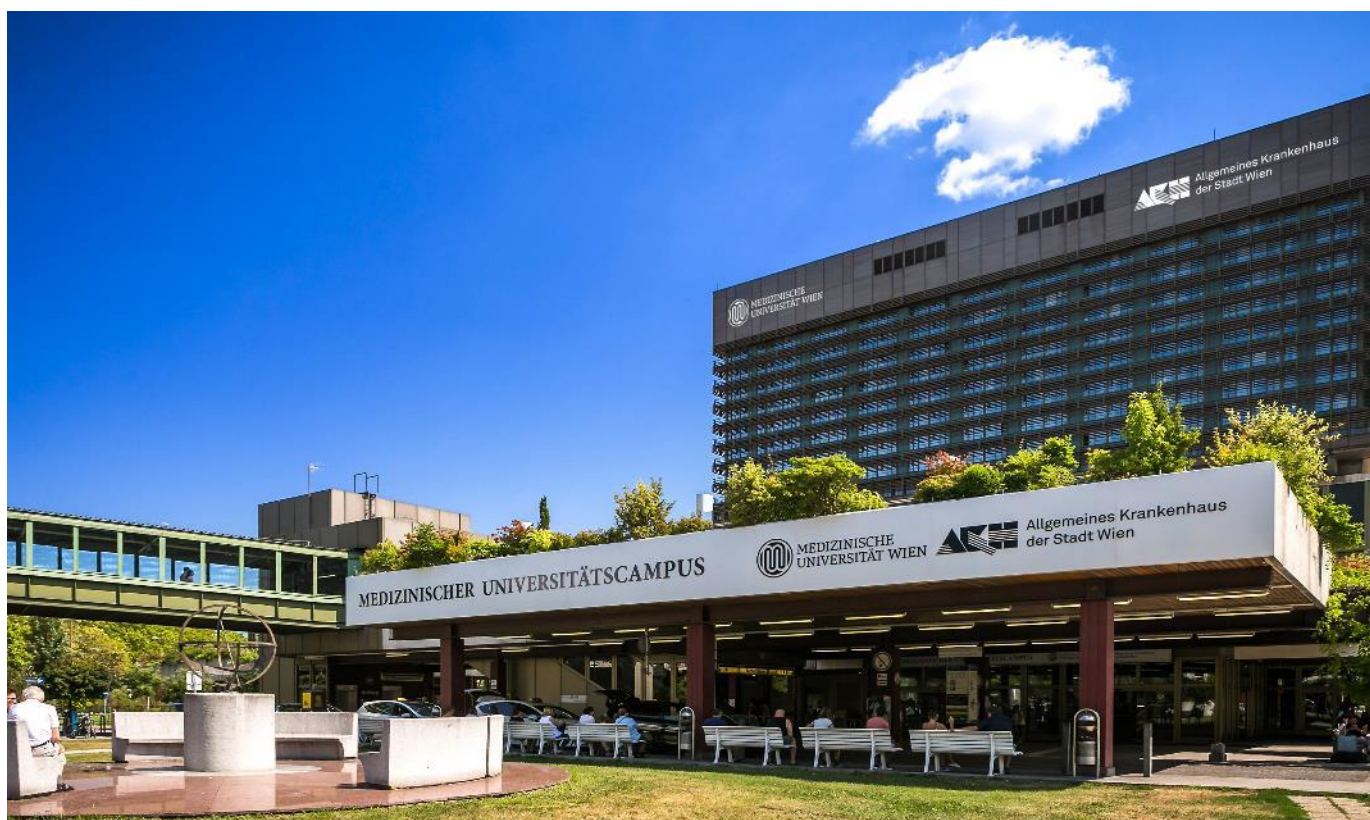
Itävalta

#### TOIMIALA

Terveystieteiden  
huolto (sairaalahoidon  
tukipalvelut)

#### TEHTÄVÄT

Potilassiirrot ja -kuljetukset,  
siivouspalvelut ja muut  
potilaisiin liittyvät  
tukipalvelut



Lähde: AKH Wien

## Taustaa

Wienin yliopistollinen sairaala on Itävallan suurin sairaala. Se edustaa eri tavoin monimuotoisuutta ja työllistää noin 7 000 työntekijää hyvin erilaisissa tehtävissä.

Operatiivisen osaston henkilöstö huolehtii keskeisistä tukitehtävistä, kuten potilaiden kuljettamisesta, sairaanhoidon tukipalveluista ja tilojen hygieenisestä puhdistamisesta. Vaikka nämä työntekijät ovat keskeisessä roolissa sairaalan ydintoimintojen

tukemisessa, he ovat usein jääneet aliedustetuiksi ja vaille huomiota.

Operatiivinen osasto työllistää noin 600 työntekijää, joiden keski-ikä on 50 vuotta. Työ on fyysisesti raskasta, ja siinä tehdään kiertoliikkeitä, työnnetään ja kuljetetaan raskaita kuormia sekä kävellään pitkiä matkoja. Sen vuoksi keskeisinä tavoitteina oli keskittyä fyysisestä raskuudesta vähentäviin välineisiin ja pidemmällä aikavälillä välittää kokeneen henkilöstön osaamista uusille työntekijöille.

## Tavoitteet

Henkilöstön avulla voidaan luoda työympäristö, joka on suunniteltu sopivaksi ikääntyvää työvoimaa silmällä pitäen ja jossa otetaan huomioon työntekijöiden tarpeet ja kyvyt elämän eri vaiheissa. Tavoitteena on säilyttää turvallinen työympäristö ja edistää sitä, jotta ikääntyvä henkilöstö voisi säilyttää työkykynsä.

## Mitä tehtiin ja miten?

- Henkilöstön saamiseksi mukaan päätöksentekoprosessiin operatiivisen osaston työntekijöille tehtiin kyselytutkimus sosiaalisesta pääomasta.
- Samalla perustettiin terveystiimejä ja riskinhallinnan työpajoja, joiden tarkoituksena oli saada henkilöstöltä palautetta työoloista, tunnistaa tuki- ja liikuntaelinsairauksiin (tule-sairaudet) liittyviä riskitekijöitä ja ehdottaa ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä. Terveystiimeistä saadun palautteen perusteella järjestettiin kursseja ja seminaareja kesäkuusta joulukuuhun 2021. Aihealueita olivat muun muassa selkärankaan ja rentoutumiseen kohdistuvat harjoitukset, selän vahvistus, tupakoinnin lopettaminen, terveellinen ravinto ja käytännön ruoanlaittotapahtumat, venyttely sekä stressinhallinta.
- Suunnitelmien mukaan henkilöstö osallistuu uusien työvälineiden valintaan testaamalla niitä käytännössä (selkäystävällisen työskentelyn, painon ja käsittelyn helpouden näkökulmasta).
- Osaston terveysneuvojiksi koulutetut työntekijät ovat valmiita antamaan vertaisneuvontaa. He ovat järjestäneet myös urheilutapahtumia kannustaakseen henkilöstöä liikkumaan vapaa-aikanaan.
- Potilaiden siirtämiseen on hankittu erityisvalmisteisia tuoleja, joissa on pienemmät pyörät, mikä parantaa niiden ohjattavuutta ja sujuvaa kulkua. Lisäksi korkealle sijoittuvat kahvat mahdollistavat suuremman ja siten selkäystävällisemmän asennon.
- Henkilöstö oli mukana valitsemassa turvajalkineita.
- Siivousryhmät muodostettiin siten, että ne koostuvat nuoremmista ja vanhemmista työntekijöistä, jolloin uusi ja kokenut henkilöstö voi työskennellä yhdessä ja auttaa toisiaan. Kokenut henkilöstö koulutti uusia työntekijöitä, ja uudemmat kollegat puolestaan auttoivat rasittavammissa tehtävissä. Fyysisesti vaativimpiin työtehtäviin oli saatavissa enemmän miespuolisen henkilöstön

apua, mikä jakoi työtaakkaa ja varmisti henkilökohtaisten voimavarojen optimaalisen käytön.

## Mitä saavutettiin?



Lähde: AKH Wien

- Työntekijöiden itseluottamus kasvoi, kun tukihenkilöstön merkitys sairaalan toiminnassa tuli vahvemmin esiin. Ikääntyvien työntekijöiden rooli mentoroina paransi myös heidän itseluottamustaan.
- Tule-sairauksien ehkäisemiseksi toteutettiin toimia niiden työntekijöiden osalta, jotka suorittavat fyysisesti raskaita tehtäviä.
- Ryhmähenkeä luotiin nuorten ja iäkkäiden työntekijöiden välisellä yhteistyöllä, mikä lisäsi työntekijöiden solidaarisuuden tunnetta ja varmisti, että työ on ikätasolla sopivaa. Näin varmistettiin, että ikääntyneet työntekijät kykenevät työskentelemään.

## Onnistumisen avaintekijät

- Toimenpiteiden kehittämisessä hyödynnettiin johdon tukea ja henkilöstön osallistamista.
- Eri eturyhmiä edustaneen henkilöstön osallistuminen varmisti, että tietoa välitettiin nopeasti ja avoimesti.
- Hankkeen onnistumista edistivät myös tukitoimien helppo saatavuus sekä hankeryhmän perustaminen toimenpiteiden toteuttamisen seuraamiseksi ja arvioimiseksi.



Lähde: AKH Wien

## Siirrettävyys muihin ympäristöihin

Lähestymistapa on kokonaisuudessaan siirrettävissä sairaaloihin muissa jäsenvaltioissa. Jotkin hankkeen osat ovat siirrettävissä myös muille aloille, kuten esimerkiksi työntekijöiden aktiivinen osallistaminen ja eri ikäisistä työntekijöistä koostuvien työskentelyryhmien muodostaminen.

## Kustannukset ja hyödyt:

Hankkeen resurssit käsittivät työntekijöille ja johtajille varattua aikaa työryhmien ja työpajojen organisoimiseksi ja niihin osallistumiseksi. Kustannuksia aiheutui työvälineistä, kuten siirrettävistä potilastuoleista ja turvajalkineista. Pitkän aikavälin hyötyjä ovat muun muassa henkilöstön työkyntöisyyden säilyttäminen ja henkilöstön poissaoloista aiheutuvien kustannusten väheneminen.

## Hyviä käytäntöjä koskevan esimerkin keskeiset piirteet

- Monialainen lähestymistapa mahdollistaa puuttumisen tule-sairauksien fyysisiin ja psykososiaalisiin riskitekijöihin sairaalan tukityöntekijöiden ryhmässä, joka on usein aliedustettu, ja ottaa huomioon myös ikäjakauman ryhmässä.
- Ikää ei tarkastella ainoastaan ergonomisten toimenpiteiden ja terveyden edistämisen näkökulmasta, vaan lisäksi muodostetaan eri ikäisiä työntekijöitä edustavia työskentelyryhmiä fyysisen kuormituksen tasapainottamiseksi ja

järjestetään kokeneempaa henkilöstöä mentoroimaan uusia työntekijöitä.

- Osallistaminen oli tärkeää, koska työntekijät osallistuivat työpajoissa riskien arviointiin ja ratkaisujen löytämiseen.
- Esimerkissä yhdistettiin ennaltaehkäisy ja terveyden edistäminen. Koulutettujen terveysneuvojen puheille pääsi helposti, ja terveellisistä ruokailutottumuksista ja liikunnasta järjestettiin seminaareja.
- Käytössä oli monenlaisia ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä, kuten ergonomisesti suunniteltujen tuolien käyttöönotto potilaiden siirtämiseen ja ortopediset jalkineet.

## Lisätietoa

Lisätietoja on verkossa:  
<https://www.akhwien.at>

***Monialainen lähestymistapa mahdollistaa puuttumisen tule-sairauksien fyysisiin ja psykososiaalisiin riskitekijöihin sairaalan tukityöntekijöiden ryhmässä, joka on usein aliedustettu, ja ottaa huomioon ikäjakauman ryhmässä.***