

# Terveellinen työ Hyvien käytäntöjen kisa 2020–2022

## TYÖPAIKKAESIMERKKI



### Ergonomian parantaminen moniammatillisella yhteistyöllä elintarviketeollisuudessa



#### ORGANISAATIO/YRITYS

Suomen Nestlé Oy,  
Turun tehdas

#### MAA

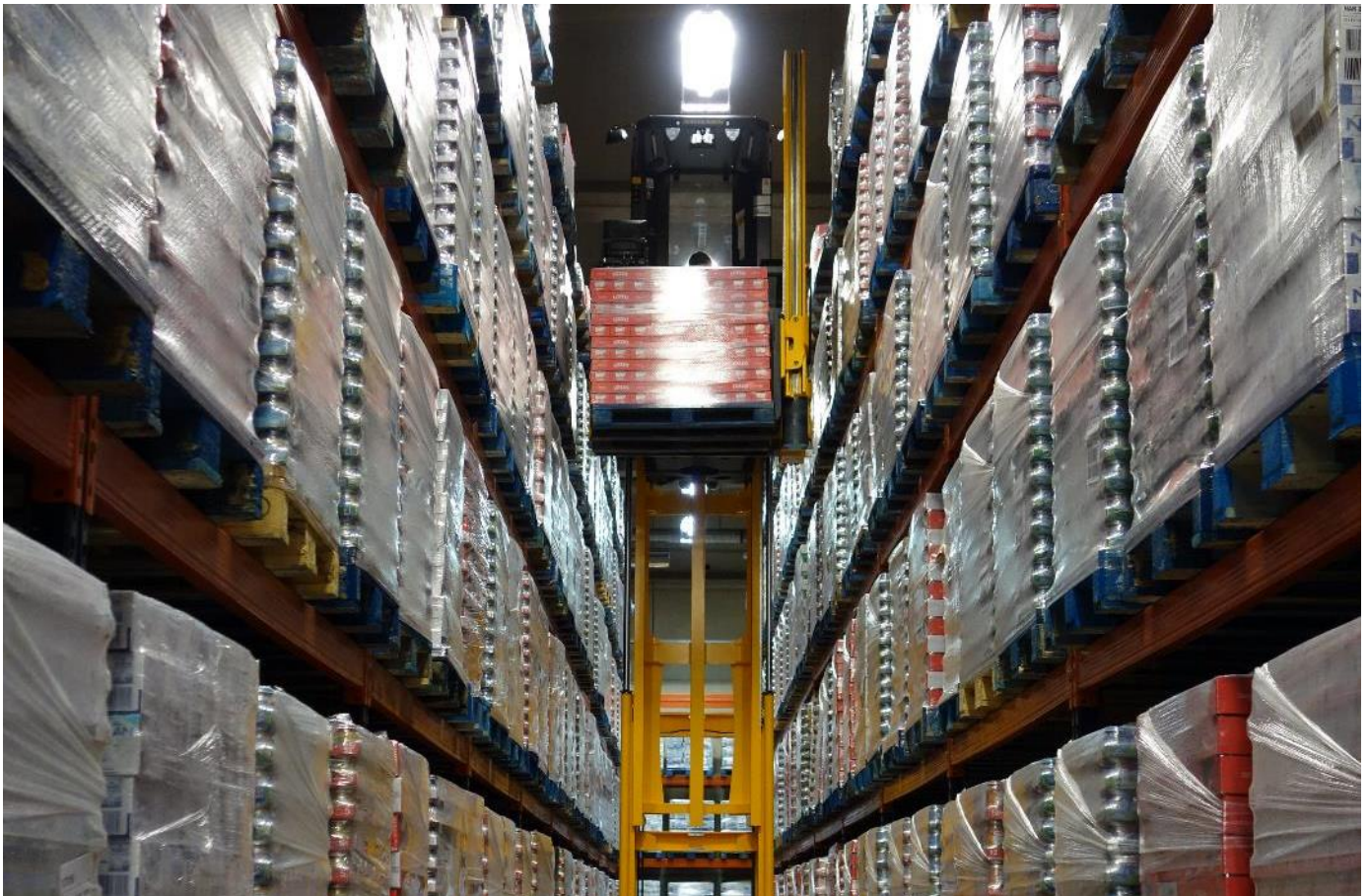
Suomi

#### TOIMIALA

Homogenoitujen  
ravintovalmisteiden ja  
erityisruokavaliovalmistei-  
den (lastenruokien)  
valmistus

#### TEHTÄVÄT

Elintarvikkeiden valmistus,  
säilykkeiden valmistus,  
autoklavointi  
(höyrysterilointi),  
elintarvikkeiden  
pakkaaminen ja kuljetus,  
mukaan lukien raskaiden  
taakkojen käsitteleminen



Lähde: Turun tehdas

## Taustaa

Vuonna 2014 tehtaan johtoryhmä käynnisti sairauspoissaolojen syiden selvittämiseksi tutkimuksen. Poissaolojen pääasialliseksi syyksi osoittautuivat tuki- ja liikuntaelinten sairaudet. Siksi johto päätti pyrkiä määrätietoisesti parantamaan ergonomiaa.

Tehtaalla työntekijät tekevät vuorotyötä. Useimpiin tuotantotöihin kuuluu raskaiden säkkien ja laatikoiden nostaminen sekä pakettien työntäminen ja vetäminen. Näissä tehtävissä on hankalia työasentoja ja toistuvaa räsitusta. Työntekijät työskentelevät usein kuumissa ja kosteissa olosuhteissa ja melussa. Tunnistettuja stressitekijöitä ovat myös jatkuva tarkkailun tarve ja toistuvat keskeytykset.

Fyysinen uupumus ja kipu vaikuttavat haitallisesti suorituskykyyn ja lisäävät myös henkistä kuormitusta, jonka vaikutukset näkyvät koko henkilöstön työhyvinvoinnissa, turvallisuuskulttuurissa ja tehtaan tuottavuudessa. Ergonomian kehittämisen katsottiin hyödyttävän kaikkia. Panostamalla parempiin työmenetelmiin ja -oloihin yritys pyrki paitsi ehkäisemään loukkaantumisia työpaikalla myös parantamaan työntekijöiden psyykkistä hyvinvointia.

## Tavoitteet

Organisaation tavoitteena on erilaisin toimenpitein parantaa työmenetelmiä ja työoloja tuki- ja liikuntaelinsairauksien ehkäisemiseksi, tukea tuki- ja liikuntaelinsairauksista kärsivien työntekijöiden toipumista ja edistää työntekijöiden yleiskuntaa ja hyvinvointia.

## Mitä tehtiin ja miten?

Tehtaan johtoryhmä päätti aloittaa laajamittaisen tuki- ja liikuntaelinsairauksien ennaltaehkäisemistyön. Mukaan kehittämistyöhön osallistettiin työsuojelu- ja linjaorganisaatio ylintä johtoa myöden, työterveyshuolto sekä koko muu henkilöstö. Tuki- ja liikuntaelinsairauksien ennaltaehkäisyn lisäksi yhtiö halusi panostaa myös työkyvyn ylläpitämiseen ja palauttamista edistäviin käytäntöihin.

Henkilöstön osaamisen lisäämiseksi johto käynnisti vuonna 2019 ergonomiakorttiprojektin, jossa jaettiin yleistä perustason ergonomista koulutusmateriaalia kullekin osastolle ja tehtaan toiminnolle. Materiaali sisältää esimerkkejä tuotannosta ja lähettämöstä, vinkkejä palautumiseen ja hyvään uneen sekä ohjeita oman kehon huoltamiseen myös vapaa-ajalla.

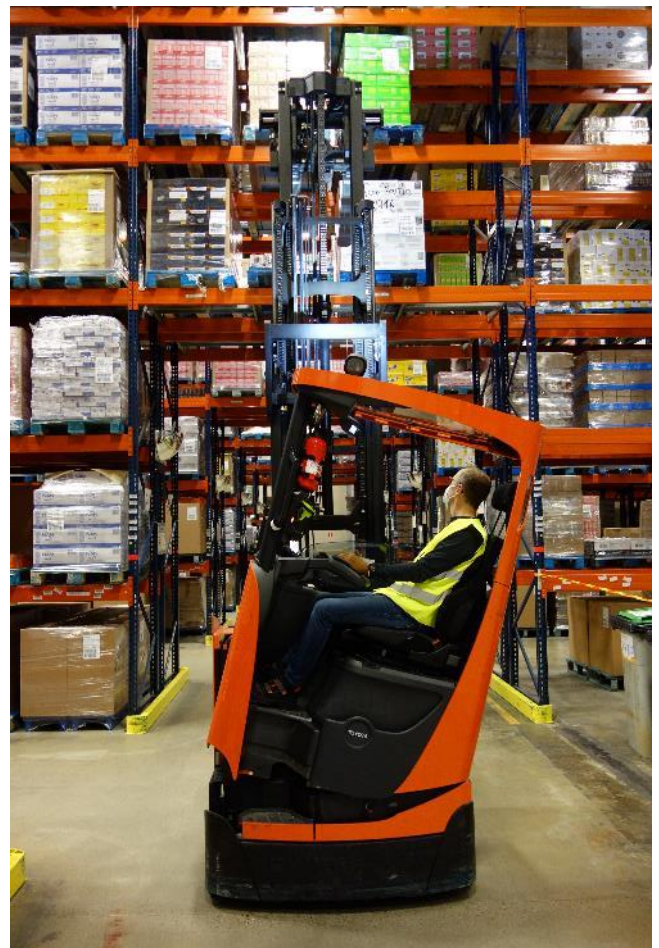
Lisäksi tehdas on:

- laatinut luettelon kysymyksistä turvallisuuskeskusteluihin, joita johtoryhmä ja esihenkilöt käyvät säännöllisesti työntekijöiden kanssa.
- hankkinut kevyempiä laitteita ja koneita työterveyshuollon henkilöstön suositusten perusteella ja työntekijöitä kuullen.
- kannustanut liikuntaan ja kuntoiluun hankkimalla kuntoiluvälineitä käytettäväksi tauoilla.

- päivittänyt työohjeisiin ergonomisesti oikeanlaiset suoritustavat havainnollisine valokuvineen.
- mahdollistanut työterveyshenkilöstön järjestämiä koulutustilaisuuksia, joissa on harjoiteltu oikeita liikeratoja.
- tarjonnut kohdennettua opastusta työntekijöille, joilla on keskenään samankaltaisia vaivoja (esimerkiksi hartiaryhmä).
- selkeyttänyt hankintakäytäntöjä ja -vastuita ergonomisten parannusten nopeuttamiseksi.

Tehdas myös edisti tuki- ja liikuntaelinoireista kärsivien työntekijöiden työhönpaluuta moniammatillisella yhteistyöllä esimiesten, työterveyslääkärin, työfysioterapeutin, henkilöstön ja työsuojeluorganisaation välillä.

Hyvän hoidon varmistaminen, työntekijän omaehtoisen kuntoutuksen ohjeistaminen, oikeiden työmenetelmien ja vähemmän kuormittavien työasentojen ohjeistaminen ja opetteleminen, työjärjestelyt sekä kaikkien osapuolien vahva sitoutuminen, luottamus ja yhteistyö ovat olleet avaintekijöitä työhön paluun mahdollistamisessa (ks. video "Tuki- ja liikuntaelinten sairauksien ehkäiseminen työssä", linkki alla).



Lähde: Turun tehdas

## Mitä saavutettiin?

Pitkän aikavälin laajapohjainen moniammatillinen yhteistyö on parantanut koko turvallisuuskulttuuria. Tulokset ovat mitattavissa muun muassa tapaturmattomien päivien määrässä,

sairaspoissaoltilastojen myönteisessä kehityksessä sekä työhyvinvointikyselyissä.

Vuosina 2018–2020 tuki- ja liikuntaelinsairauksiin liittyvien sairauslomapäivien määrä laski 1 650:stä 441:een.

Myös henkilöstöltä on saatu myönteistä palautetta siitä, että johto haluaa aidosti kuunnella ideoita ja parantaa työmenetelmiä ja -oloja.



Lähde: Turun tehdas

## Onnistumisen avaintekijät

- Johdon päätös pyrkiä määrätietoisesti parantamaan ergonomiaa työpaikalla.
- Saumaton yhteistyö työterveydenhuoltohenkilöstön kanssa.
- Osastojen välinen yhteistyö: Jokaisella organisaatiotasolla on henkilöitä, jotka ovat halunneet osaltaan olla kehittämässä tehtaan ergonomiaa ja tuoda edustamansa toiminta-alueen näkökulmia ja kehitysideoita työstettäväksi.
- Rahallinen panostus työvälineiden hankkimiseksi sekä työterveyshuollon laajuuteen ja laatuun on auttanut asiaa paljon eteenpäin.

## Sovellettavuus muualla

Työpaikat muilla teollisuudenaloilla voivat helposti toteuttaa vastaavia toimia. Monet toimenpiteistä ovat sovellettavissa suuriin, keskisuuriin ja pieniin yrityksiin.

## Kustannukset ja hyödyt

Välittömiä kustannuksia ovat laitteiden hankinta ja ulkopuolisilta työterveyshuollon asiantuntijoilta tilattavat koulutustilaisuudet. Sairauslomien huomattava väheneminen on ylittänyt ne moninkertaisesti. Toimenpiteet ovat vaikuttaneet myös henkilöstön yleiseen jaksamiseen ja töissä suoriutumiseen. Yhdessä työskentelemällä löydettiin tapoja käsitellä ongelmia ja estää tilanteiden paheneminen. Saavutetut hyödyt ja parannukset heijastuvat myös henkilöstön yleiseen hyvinvointiin ja vapaa-aikaan.

## Hyviä käytäntöjä koskevan esimerkin keskeiset piirteet

- Yhtiö toteutti monia erilaisia, monipuolisia ja yksinkertaisia toimenpiteitä tuki- ja liikuntaelinsairauksien ehkäisemiseksi ja ratkaisujen löytämiseksi siihen, miten jo oireilevat henkilöt voivat jatkaa työssä.
- Johtajuuden rooli, koko työyhteisön jatkuvat keskustelut ja niiden vaikutus työturvallisuuteen ja riskien ehkäisyyn on määritelty selkeästi.
- Johtajien samoin kuin työntekijöiden ja moniammatillisen työterveyshuollon yksikön sitoutuminen on silmällä nähtävää.
- Yhtiö tarjosi ergonomiakoulutusta ja -materiaaleja, sisällytti ergonomian säännöllisiin työturvallisuuskeskusteluihin, päivitti työohjeita ja järjesti työtehtävissä käytettävien oikeanlaisten työliikkeiden ja -asentojen harjoittelua.
- Ennaltaehkäiseviä toimia toteutetaan sekä tehtaalla että hallinnossa.

## Lisätietoa

Lisätietoja  
<https://www.nestle.fi>

## Viitteet ja materiaali

”Tuki- ja liikuntaelinten sairauksien ehkäiseminen työssä” (tekstitys englanniksi) esittelee Turun tehtailla toteutettuja toimenpiteitä. Video on tuotettu yhteistyössä Nestlé Turun ja Työturvallisuuskeskuksen toimialaryhmän kanssa.

[https://www.youtube.com/watch?v=Xv4eHp\\_wMI0&t=4s](https://www.youtube.com/watch?v=Xv4eHp_wMI0&t=4s)

**Yhtiö toteutti monia erilaisia monipuolisia ja yksinkertaisia toimenpiteitä tuki- ja liikuntaelinsairauksien ehkäisemiseksi ja ratkaisujen löytämiseksi siihen, miten jo oireilevat henkilöt voivat jatkaa työssä.**