

# Yleiskatsaus tuki- ja liikuntaelinsairauksiin ja niihin liittyviin lukuihin: yleisyys, kustannukset ja väestötiedot EU:ssa

Euroopan riskienseurantakeskus  
Tiivistelmä

Laatijat: Jan de Kok, Paul Vroonhof, Jacqueline Snijders, Georgios Roullis, Martin Clarke (Panteia), Kees Peereboom, Pim van Dorst (vhp human performance), Iñigo Isusi (IKEI)

Hankkeen hallinta: Lorenzo Munar, Mauricio Curtarelli (EU-OSHA).

Raportin tilasi Euroopan työterveys- ja työturvallisuusvirasto (EU-OSHA). Sen sisällöstä sekä siinä mahdollisesti esitetyistä näkemyksistä ja päätelmistä vastaavat yksin laatijat, eivätkä ne välttämättä vastaa Euroopan työterveys- ja työturvallisuusviraston kantaa.

**Europe Direct -palvelu auttaa löytämään vastaukset EU:hun  
liittyviin kysymyksiin.**

**Maksuton palvelunumero (\*):**

**00 800 6 7 8 9 10 11**

(\* ) Jotkin matkapuhelinoperaattorit eivät salli pääsyä 00 800 -numeroihin tai saattavat veloittaa tällaisista puhelusta.

Lisätietoa Euroopan unionista on saatavilla internetissä (<http://europa.eu>). Luettelointitiedot ovat julkaisun kanssa.

Luxemburg: Euroopan unionin julkaisutoimisto, 2019

© Euroopan työterveys- ja työturvallisuusvirasto 2019

Jäljentäminen on sallittua, jos lähde mainitaan.

## Tiivistelmä

### Johdanto

Tuki- ja liikuntaelinsairaudet (tule-sairaudet) ovat edelleen Euroopan unionin (EU) yleisin työperäinen vaiva. Niistä kärsivät työntekijät kaikilla aloilla ja kaikissa ammattiryhmissä. Lisäksi ne aiheuttavat suuria kustannuksia yrityksille ja yhteiskunnalle.

Tarjoamalla katsauksen eri puolilla Eurooppaa esiintyvistä tule-sairauksista Euroopan työterveys- ja työturvallisuusvirasto (EU-OSHA) tukee sekä EU:n että jäsenvaltioiden päätöksentekijöiden, tutkijoiden ja työsuojeluyhteisön työtä. Selvityksessä kootaan yhteen ja analysoidaan tule-sairauksia koskevia tietoja, jotka ovat peräisin keskeisistä EU:n kyselytutkimuksista ja hallinnollisista tiedoista. Näitä tietoja täydennetään ja monipuolistetaan kansallisista lähteistä saaduilla tiedoilla. Tutkimuksen tärkeimmät tulokset esitetään tässä tiivistelmässä<sup>1</sup>.

**Tuki- ja liikuntaelinsairaudet (tule-sairaudet)** ovat kehon rakenteiden, kuten lihasten, nivelten, jänteiden, nivelsiteiden, hermojen, rustojen, luiden ja paikallisia verenkierron vammoja. **Työperäisiksi tule-sairauksiksi** kutsutaan sairauksia, joita aiheuttavat tai pahentavat lähinnä työ ja sen välittömän ympäristön vaikutukset, jossa työtä tehdään.

### Toiminnan tausta

Työperäisten tule-sairauksien haasteet tiedostetaan ja niihin on vastattu Euroopan tasolla laatimalla useita EU:n direktiivejä, strategioita ja toimintalinjoja. Tule-sairauksien ennaltaehkäisy on vuodesta 2002 lähtien nimetty EU:n strategioissa yhdeksi työntekijöiden terveyden ja hyvinvoinnin parantamisen painopistealueeksi.

Työterveyttä ja -turvallisuutta koskevassa strategiakehyksessä kaudelle 2014–2020<sup>2</sup> määritellään tule-sairaudet yhdeksi merkittävimmistä haasteista. Siinä suositellaan, että on kiinnitettävä erityistä huomiota työjärjestelyjen muutosten vaikutuksiin, jotka kohdistuvat fyysiseen terveyteen ja mielenterveyteen. Siinä todetaan, että ”naiset voivat altistua erityisille riskeille, kuten tuki- ja liikuntaelinsairauksille (...) joidenkin naisvaltaisten alojen luonteen vuoksi”. Lisäksi siinä korostetaan tarvetta kehittää ”työperäisten sairauksien ennaltaehkäisemistä puuttamalla nykyisiin, uusiin ja kehittyviin riskeihin”.

Komission tiedonannossa ”Turvallisempi ja terveellisempi työ kaikille – EU:n työterveys- ja työturvallisuuslainsäädännön uudistaminen”<sup>3</sup> (2017) korostetaan, että ”Altistuminen ergonomisille riskitekijöille on nykyisin yksi EU:n suurimmista työterveys- ja työturvallisuusongelmista. Toistuva altistuminen näille riskeille voi johtaa työperäisiin tuki- ja liikuntaelinten sairauksiin, jotka ovat yksi vakavimpia ja yleisimpiä työperäisiä sairauksia ja aiheuttavat valtavia kustannuksia ihmisille, yrityksille ja koko yhteiskunnalle.”

Työntekijöiden tule-sairauksien ehkäiseminen sekä työntekijöiden tuki- ja liikuntaelinterveyden vaaliminen koko työuran ajan ensimmäisestä työpaikasta lähtien edistää työssä pysymistä ratkaisevasti. Tätä kautta voidaan vastata väestön ikääntymisen aiheuttamiin pitkän aikavälin haasteisiin älykkään, kestävä ja osallistavan kasvun Eurooppa 2020 -strategian mukaisesti. Tule-sairaudet ovat työterveydellinen, mutta myös kansanterveydellinen ja väestönkehityksen haaste sekä

<sup>1</sup> Raportti kokonaisuudessaan ja kansalliset raportit sekä yhteenvetoraportti ovat saatavilla osoitteessa <https://osha.europa.eu/en/themes/musculoskeletal-disorders/eu-osha-research-activity-work-related-musculoskeletal-disorders>

<sup>2</sup> Komission tiedonanto Euroopan parlamentille, neuvostolle, Euroopan talous- ja sosiaalikomitealle ja alueiden komitealle ”Työterveyttä ja -turvallisuutta koskeva EU:n strategiakehyks kaudelle 2014–2020”, COM(2014) 332 final, s. 5 ja 6. Saatavana osoitteessa <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FI/TXT/?uri=COM:2014:332:FIN>

<sup>3</sup> Komission tiedonanto Euroopan parlamentille, neuvostolle, Euroopan talous- ja sosiaalikomitealle ja alueiden komitealle ”Turvallisempi ja terveellisempi työ kaikille – EU:n työterveys- ja työturvallisuuslainsäädännön uudistaminen” COM(2017) 12 final, s. 9. Saatavana osoitteessa <https://ec.europa.eu/social/BlobServlet?docId=16874&langId=en>

yhteiskunnallinen haaste. Ne ovat myös eurooppalainen haaste, johon vastaamiseksi on luotava työolot, jotka ovat kestäviä koko eurooppalaisten työntekijöiden työuran ajan.

Tässä raportissa luodaan aluksi yleiskatsaus tutkimuksen tärkeimpiin havaintoihin ja esitellään sen jälkeen toimintaohjeita ja keskeisiä viestejä.

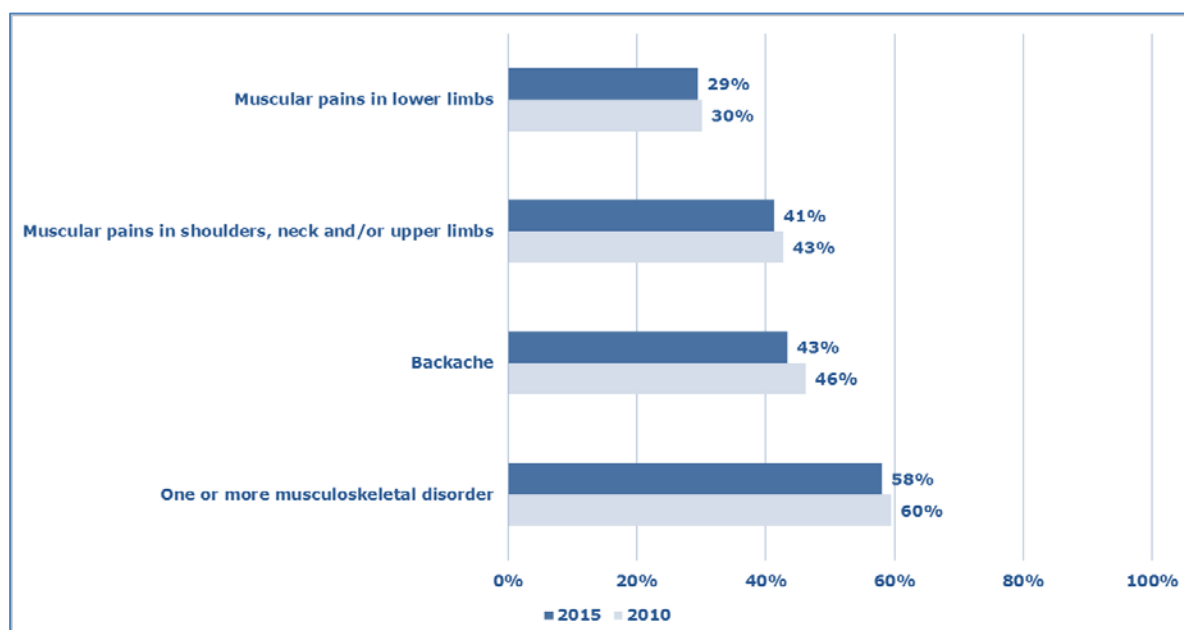
Tule-sairaudet voivat johtua monista eri tekijöistä (tai niiden yhdistelmästä). Näitä tekijöitä ovat paitsi fyysiset tekijät (tuki- ja liikuntaelinkudoksiin kohdistuva mekaaninen kuormitus, joka voi aiheuttaa tule-sairauksia), myös organisatoriset ja psykososiaaliset tekijät. Näiden riskitekijöiden esiintymiseen ja vaikutuksiin työntekijöiden tuki- ja liikuntaelinterveyteen vaikuttavat monet eri tekijät, kuten muun muassa sosiaalinen, poliittinen ja taloudellinen ympäristö, työpaikan järjestelyt sekä sosiodemografiset ja yksilölliset tekijät.

## Tärkeimmät havainnot

### *TULE-sairaudet ovat yleisin työperäinen vaiva*

- Noin kolme viidestä EU28:n työntekijästä ilmoittaa kärsivänsä tule-sairauksista. Työntekijöiden ilmoittamat yleisimmät tule-sairaudet ovat selkäkipu ja lihaskivut yläraajoissa. Alaraajojen lihaskivuista ilmoitetaan harvemmin, ks. Kaavio 1.
- Kaikista EU:n työntekijöistä, joilla on työperäisiä vaivoja, 60 prosenttia katsoo, että tule-sairaudet ovat vakavin niistä, ks. Kaavio 2.
- Yksi viidestä ihmisestä EU28:ssa kärsi viime vuonna kroonisesta selkä- tai niskavaivasta.
- Tule-sairauksista ilmoittaneiden työntekijöiden osuus EU28:ssa pieneni hieman vuosina 2010–2015.

**Kaavio 1: Työntekijät, jotka ilmoittivat erilaisista tuki- ja liikuntaelinsairauksista viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana EU28:ssa vuosina 2010 ja 2015**



One or more musculoskeletal disorder  
Backache

Muscular pains in shoulders, neck and/or upper limbs  
Muscular pains in lower limbs  
29%

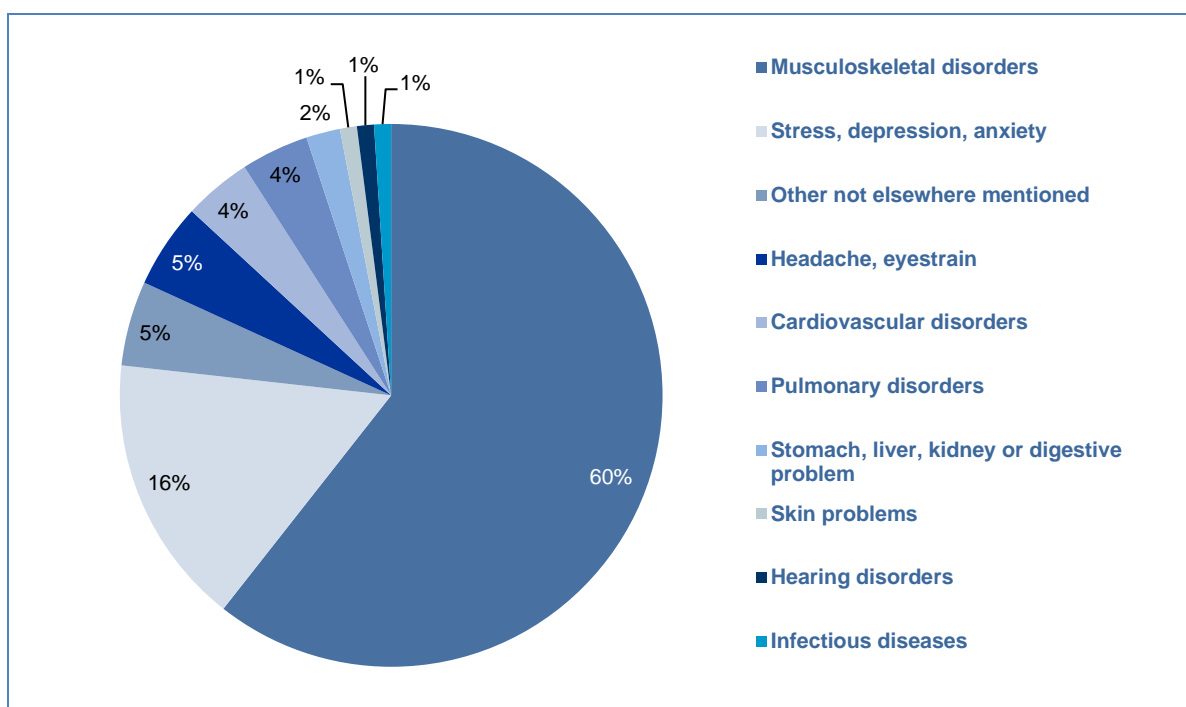
Yksi tai useampi tuki- ja liikuntaelinsairaus  
Selkäkipu  
Lihaskivut hartioissa, niskassa ja/tai yläraajoissa  
Lihaskivat alaraajoissa  
29 %

30%	30 %
41%	41 %
43%	43 %
43%	43 %
46%	46 %
58%	58 %
60%	60 %
0%	0 %
20%	20 %
40%	40 %
60%	60 %
80%	80 %
100%	100 %

N = 33 173 (2010); N = 31 612 (2015)

Lähde: Panteia, Euroopan työolotutkimuksen (EWCS) viidennen (2010) ja kuudennen (2015) tutkimuskerran pohjalta.

**Kaavio 2: Työperäisestä vaivasta ilmoittaneiden työntekijöiden osuus vaivan laadun mukaan EU27:ssä vuonna 2013**



Musculoskeletal disorders	Tuki- ja liikuntaelinsairaudet
Stress, depression, anxiety	Stressi, masennus ja ahdistus
Other not elsewhere mentioned	Muut muualla mainitsemattomat syyt
Headache, eyestrain	Päänsärky, silmien väsyminen
Cardiovascular disorders	Sydän- ja verisuonitaudit
Pulmonary disorders	Keuhkosairaudet
Stomach, liver, kidney or digestive problem	Vatsa-, maksa-, munuais- tai ruoansulatusongelma
Skin problems	Iho-ongelmat
Hearing disorders	Kuulovammat
Infectious diseases	Tarttuvat taudit
60%	60 %

16%	16 %
5%	5 %
5%	5 %
4%	4 %
4%	4 %
2%	2 %
1%	1 %
1%	1 %
1%	1 %

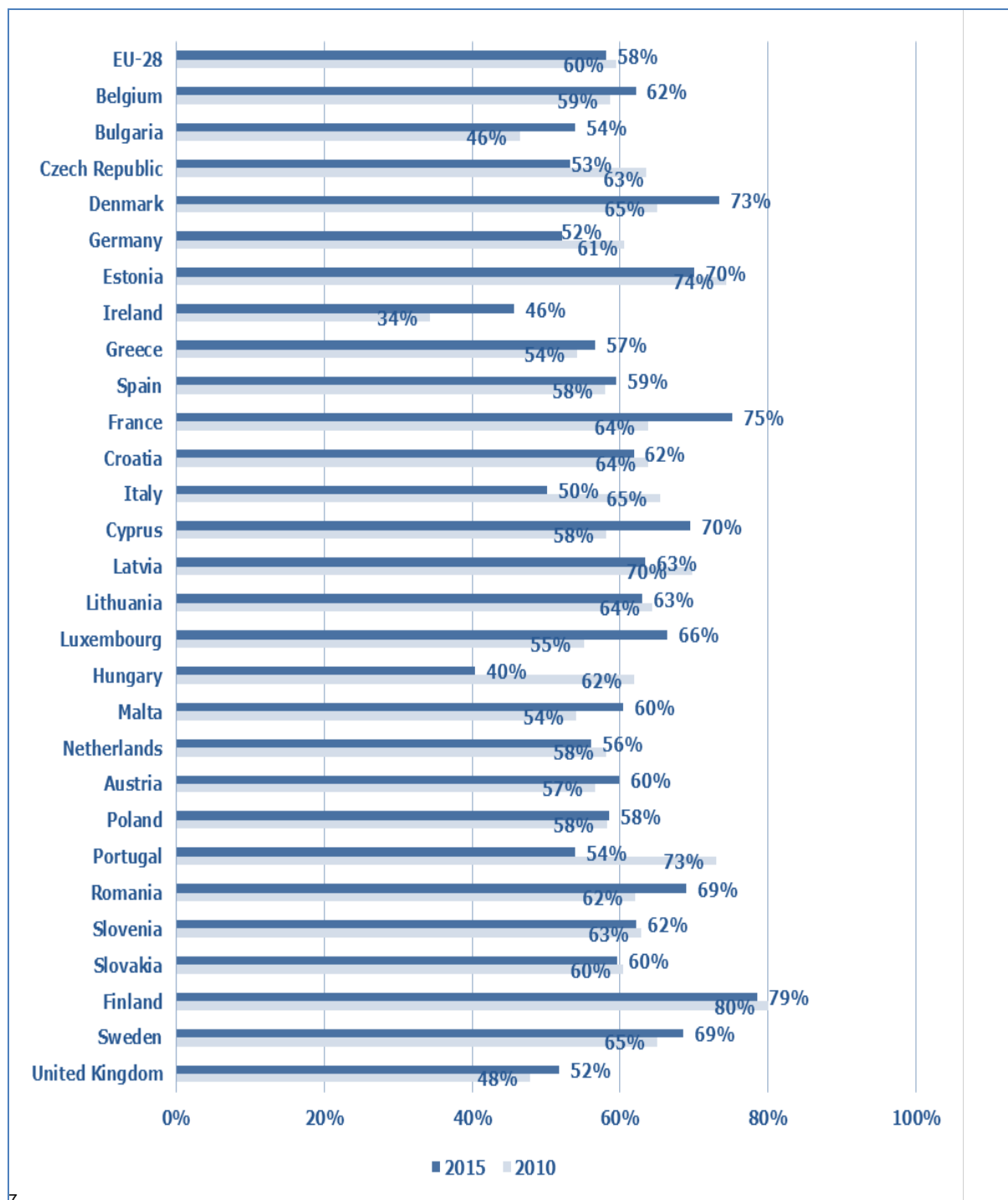
Huomio: Työntekijöillä tarkoitetaan kaikkia 15–64-vuotiaita, jotka ovat tai olivat olleet työssä tutkimusta edeltäneiden 12 kuukauden aikana.

Lähde: Eurostat, työtapaturmia ja muita työperäisiä terveyteen liittyviä ongelmia koskevat työvoimatutkimuksen lisäkysymykset (2013). Kaikki EU:n jäsenvaltiot Alankomaita lukuun ottamatta olivat mukana näissä lisäkysymyksissä.

### ***Tule-sairauksien yleisyys vaihtelee eri jäsenvaltiossa, toimialoilla ja ammateissa***

- Tule-sairauksista ilmoittavien työntekijöiden osuus vaihtelee huomattavasti jäsenvaltioittain (kaavio 3).
- Työntekijöiden itse ilmoittamien tule-sairauksien yleisyydessä on merkittäviä toimialojen välisiä eroja. Seuraavien toimialojen työntekijät mainitsevat useimmin selän sekä ylä- ja alaraajojen tule-sairauksia: rakentaminen, vesihuolto, maatalous, metsätalous ja kalastus. Tule-sairauksia esiintyy keskimääräistä enemmän myös terveys- ja sosiaalipalvelujen työntekijöillä. Harvimmista niistä ilmoitetaan rahoitus- ja vakuutuspalvelujen, asiantuntijatyön, tieteellisen ja teknisen toiminnan, koulutuksen sekä taiteiden, viihteen ja virkistystoiminnan alalla.
- Työntekijöiden itse ilmoittamien tule-sairauksien yleisyydessä on merkittäviä ammattien välisiä eroja (Kaavio 4). Vuonna 2015 noin 69 prosenttia maanviljelijöistä, metsätyöntekijöistä ja kalataloustyöntekijöistä ilmoitti kärsivänsä yhdestä tai useammasta tule-sairaudesta, kun vastaava osuus erityisasiantuntijoista oli 52 prosenttia.

**Kaavio 3: Työntekijät, jotka ilmoittivat kärsineensä yhdestä tai useammasta tuki- ja liikuntaelinsairaudesta viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana, jäsenvaltioittain vuosina 2010 ja 2015**



United Kingdom  
Sweden  
Finland  
Slovakia  
Slovenia  
Romania  
Portugal  
Poland

Yhdistynyt kuningaskunta  
Ruotsi  
Suomi  
Slovakia  
Slovenia  
Romania  
Portugali  
Puola

Työperäiset tuki- ja liikuntaelinsairaudet: yleisyys, kustannukset ja väestötiedot EU:ssa – tiivistelmä

Austria	Itävalta
Netherlands	Alankomaat
Malta	Malta
Hungary	Unkari
Luxembourg	Luxemburg
Lithuania	Liettua
Latvia	Latvia
Cyprus	Kypros
Italy	Italia
Croatia	Kroatia
France	Ranska
Spain	Espanja
Greece	Kreikka
Ireland	Irlanti
Estonia	Viro
Germany	Saksa
Denmark	Tanska
Czech Republic	Tšekin tasavalta
Bulgaria	Bulgaria
Belgium	Belgia
EU-28	EU28
48%	48 %
65%	65 %
80%	80 %
60%	60 %
63%	63 %
62%	62 %
73%	73 %
58%	58 %
57%	57 %
58%	58 %
54%	54 %
62%	62 %
55%	55 %
64%	64 %
70%	70 %
58%	58 %
65%	65 %
64%	64 %
64%	64 %
58%	58 %
54%	54 %
34%	34 %
74%	74 %
61%	61 %
65%	65 %
63%	63 %
46%	46 %
59%	59 %
60%	60 %
52%	52 %
69%	69 %
79%	79 %
60%	60 %
62%	62 %
69%	69 %
54%	54 %
58%	58 %
60%	60 %
56%	56 %
60%	60 %
40%	40 %
66%	66 %
63%	63 %
63%	63 %



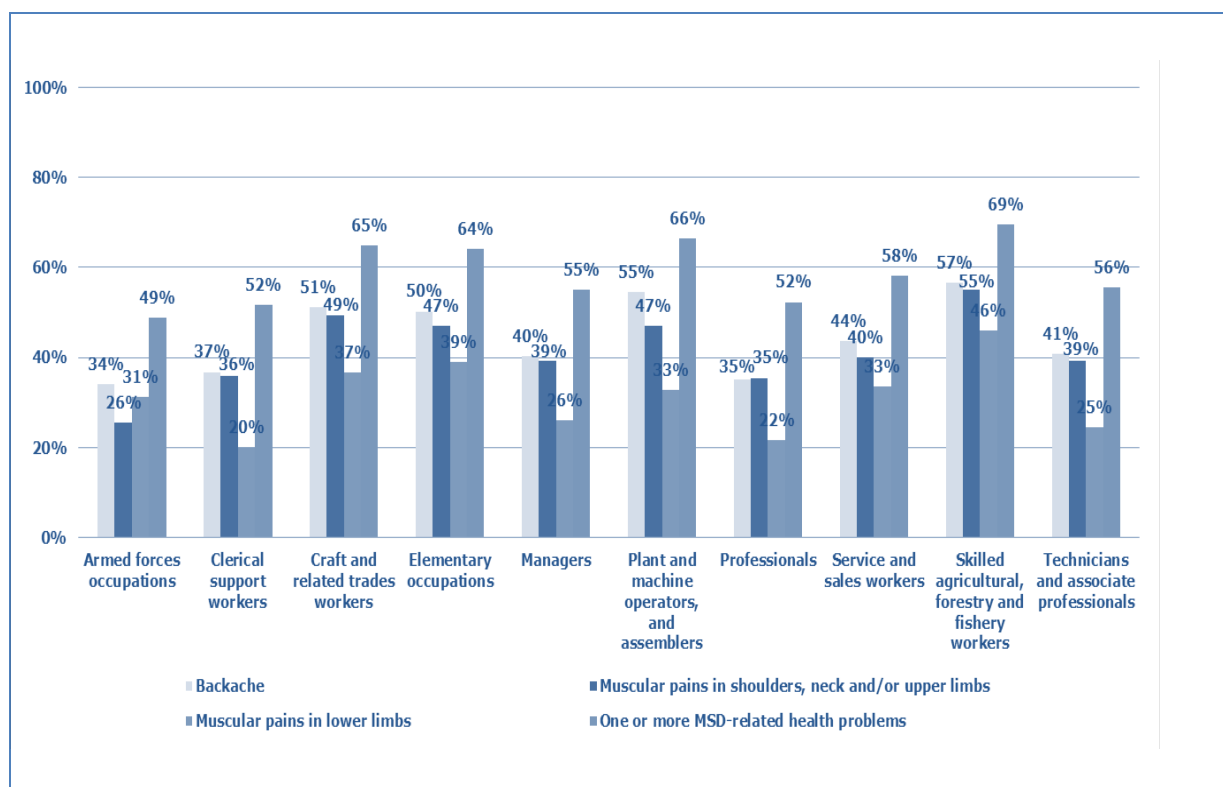
70%	70 %
50%	50 %
62%	62 %
75%	75 %
59%	59 %
57%	57 %
46%	46 %
70%	70 %
52%	52 %
73%	73 %
53%	53 %
54%	54 %
62%	62 %
58%	58 %
0%	0 %
20%	20 %
40%	40 %
60%	60 %
80%	80 %
100%	100 %

Huomio: Tuki- ja liikuntaelinsairauksilla tarkoitetaan selkäkipua ja/tai lihaskipuja hartioissa, niskassa, yläraajoissa ja/tai alaraajoissa (lonkissa, jaloissa, polvissa, jalkaterissä, jne.).

N = 33 173 (2010); N = 31 612 (2015)

Lähde: Panteia, Euroopan työolotutkimuksen (EWCS) viidennen (2010) ja kuudennen (2015) tutkimuskerran pohjalta.

**Kaavio 4: Työntekijät, jotka ilmoittivat erilaisista tuki- ja liikuntaelinsairauksista viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana, vuoden 2008 kansainvälien ammattiluokituksen (ISCO-08) mukaisten ammattiluokkien mukaan EU28:ssa vuonna 2015**



Työperäiset tuki- ja liikuntaelinsairaudet: yleisyys, kustannukset ja väestötiedot EU:ssa – tiivistelmä

Armed forces occupations	Sotilaat
Clerical support workers	Toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijät
Craft and related trades workers	Rakennus-, korjaus- ja valmistustyöntekijät
Elementary occupations	Muut työntekijät
Managers	Johtajat
Plant and machine operators, and assemblers	Prosessi- ja kuljetustyöntekijät
Professionals	Erityisasiantuntijat
Service and sales workers	Palvelu- ja myyntityöntekijät
Skilled agricultural, forestry and fishery workers	Maanviljelijät, metsätyöntekijät, ym.
Technicians and associate professionals	Asiantuntijat
Backache	Selkäkipu
Muscular pains in shoulders, neck and/or upper limbs	Lihaskivut hartioissa, niskassa ja/tai yläraajoissa
Muscular pains in lower limbs	Lihaskuvat alaraajoissa
One or more MSD-related health problems	Yksi tai useampi tule-sairauksiin liittyvä vaiva
34%	34 %
37%	37 %
51%	51 %
50%	50 %
40%	40 %
55%	55 %
35%	35 %
44%	44 %
57%	57 %
41%	41 %
26%	26 %
36%	36 %
49%	49 %
47%	47 %
39%	39 %
47%	47 %
35%	35 %
40%	40 %
55%	55 %
39%	39 %
31%	31 %
20%	20 %
37%	37 %
39%	39 %
26%	26 %
33%	33 %
22%	22 %
33%	33 %
46%	46 %
25%	25 %
49%	49 %
52%	52 %
65%	65 %
64%	64 %
55%	55 %
66%	66 %
52%	52 %
58%	58 %
69%	69 %
56%	56 %
100%	100 %
80%	80 %
60%	60 %
40%	40 %
20%	20 %
0%	0 %

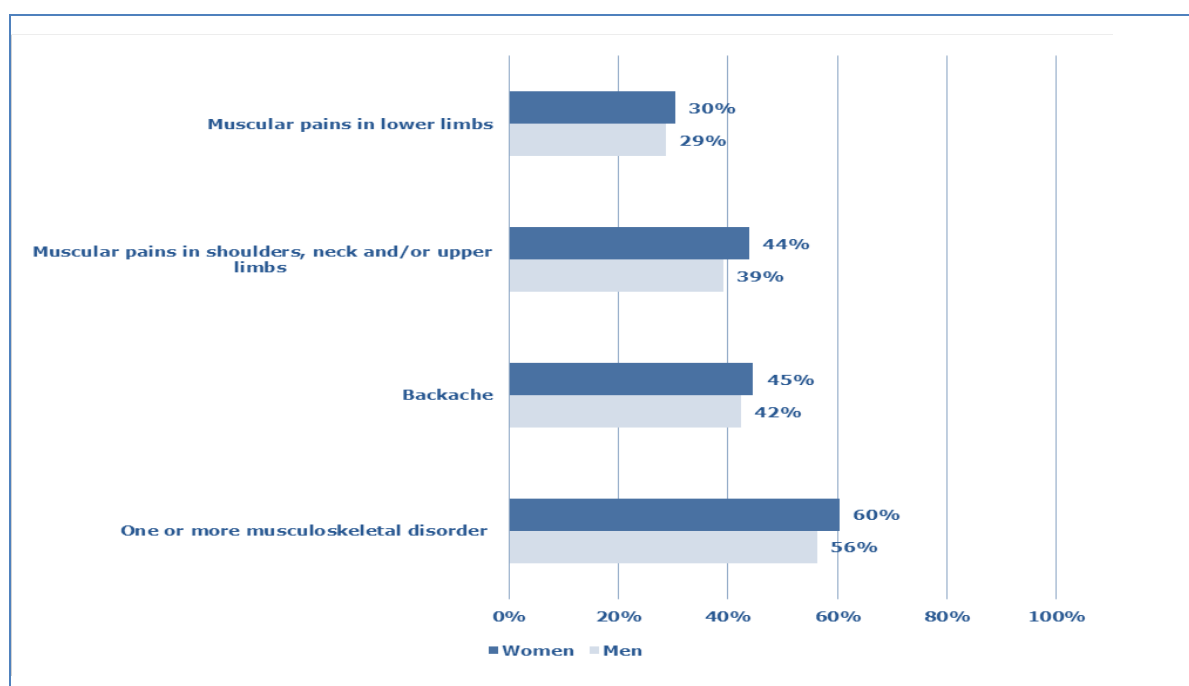
N = 35 536

Lähde: Panteia, Euroopan työolotutkimuksen (EWCS) kuudennen (2015) tutkimuskerran pohjalta.

## Tule-sairauksien yleisyys vaihtelee myös sosiodemografisten tekijöiden mukaan

- Tule-sairauksia esiintyy naispuolisilla työntekijöillä enemmän kuin miespuolisilla työntekijöillä. Tämä koskee kaiken laatuista tule-sairauksia, ks. Kaavio 5.
- Tule-sairauksista ilmoittamisen todennäköisyys kasvaa huomattavasti iän myötä. Ikäryhmien välinen ero on havaittavissa kaikissa tule-sairauksissa (Kaavio 6).
- Työntekijät, joilla on vain perus- tai vähäisempi koulutus, ilmoittavat muita todennäköisemmin lihaskivuihin yläraajoissa, alaraajoissa ja/tai selässä, ja he ilmoittavat todennäköisemmin myös kroonisista tule-sairauksista.

**Kaavio 5: Työntekijät, jotka ilmoittivat erilaisista tuki- ja liikuntaelinsairauksista viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana, sukupuolen mukaan EU28:ssa vuonna 2015**



One or more musculoskeletal disorder  
 Backache  
 Muscular pains in shoulders, neck and/or upper limbs  
 Muscular pains in lower limbs  
 Men  
 Women

56%  
 42%  
 39%  
 29%  
 60%  
 45%  
 44%  
 30%  
 0%  
 20%  
 40%  
 60%

Yksi tai useampi tuki- ja liikuntaelinsairaus  
 Selkäkipu

Lihaskivut hartioissa, niskassa ja/tai yläraajoissa  
 Lihaskivut alaraajoissa

Miehet  
 Naiset

56 %  
 42 %  
 39 %  
 29 %  
 60 %  
 45 %  
 44 %  
 30 %  
 0 %  
 20 %  
 40 %  
 60 %

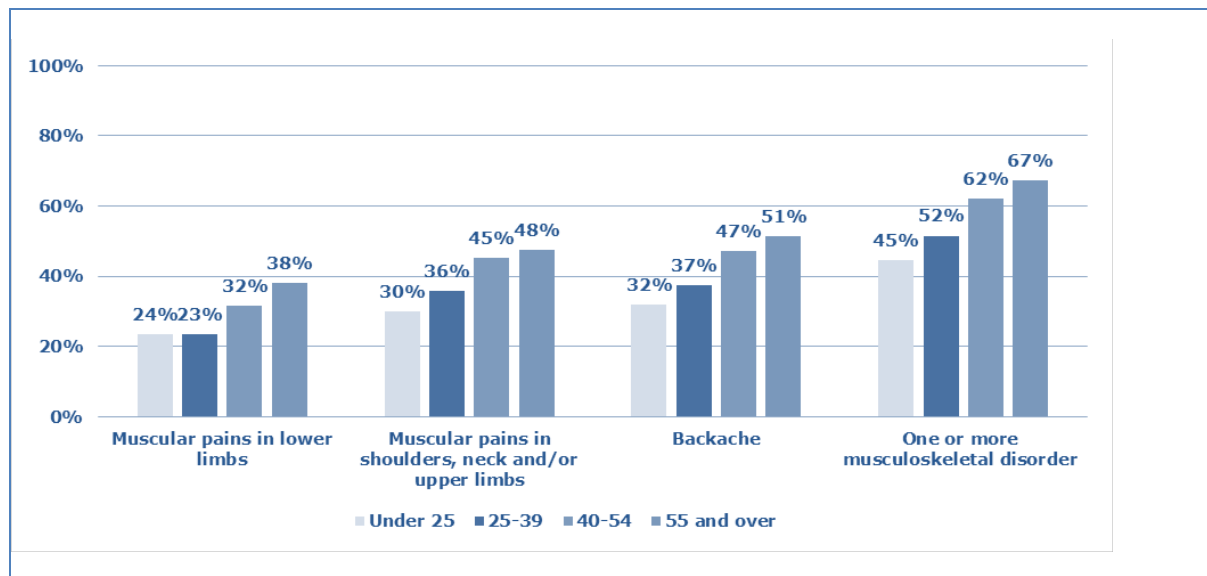
80%  
100%

80 %  
100 %

N = 31 612

Lähde: Panteia, Euroopan työolotutkimuksen (EWCS) kuudennen (2015) tutkimuskerran pohjalta.

**Kaavio 6: Työntekijät, jotka ilmoittivat erilaisista tuki- ja liikuntaelinsairauksista viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana ikäryhmän mukaan EU28:ssa vuonna 2015**



Muscular pains in lower limbs

Lihaskuvat alaraajoissa

Muscular pains in shoulders, neck and/or upper limbs

Lihaskivut hartioissa, niskassa ja/tai

Backache

yläraajoissa

One or more musculoskeletal disorder

Selkäkipu

Under 25

Yksi tai useampi tuki- ja liikuntaelinsairaus

25-39

Alle 25

40-54

25-39

55 and over

40-54

55 vuotta täyttäneet

24%

24 %

30%

30 %

32%

32 %

45%

45 %

23%

23 %

36%

36 %

37%

37 %

52%

52 %

32%

32 %

45%

45 %

47%

47 %

62%

62 %

38%

38 %

48%

48 %

51%

51 %

67%

67 %

100%

100 %

80%

80 %

60%

60 %

40%

40 %

20%

20 %

0%

0 %

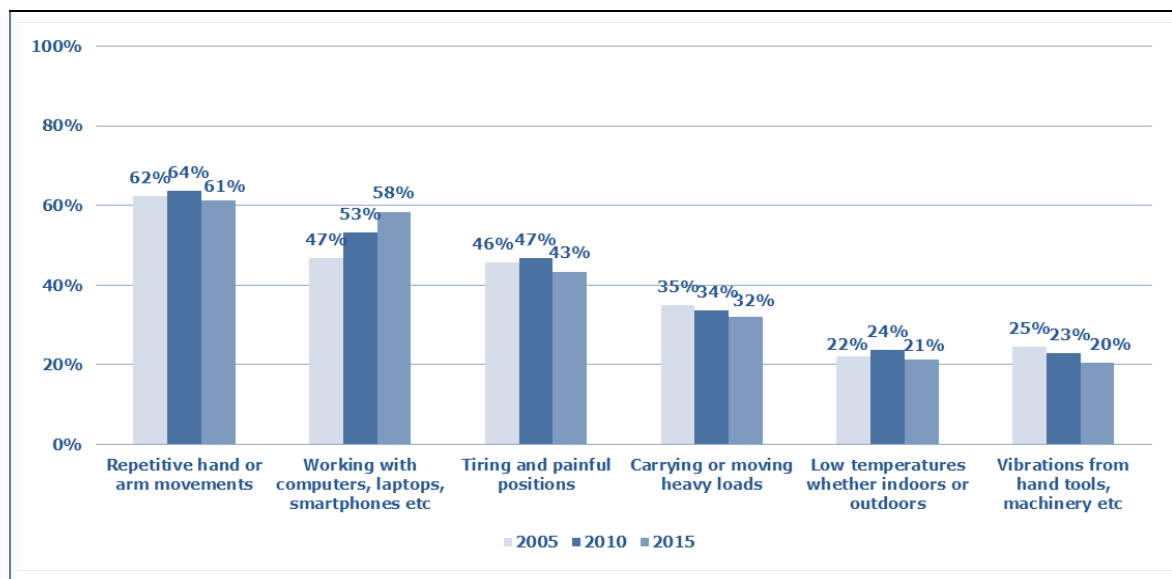
N = 31 612 - Lähde: Panteia, Euroopan työolotutkimuksen (EWCS) kuudennen (2015) tutkimuskerran pohjalta.

### ***Altistuminen tule-sairauksien riskitekijöille***

Tutkimusta varten analysoitiin yksityiskohtaisesti fyysisten, työjärjestelyihin liittyvien, psykososiaalisten ja sosiodemografisten riskitekijöiden vaikutuksia käytettävissä olevien EU:n laajuisten tietolähteiden perusteella. Seuraavassa esitetään yhteenveto tärkeimmistä havainnoista, jotka koskevat eri riskitekijöiden ja tule-sairauksiin liittyvien vaivojen välistä suhdetta:

- Useiden tutkimusten mukaan seuraavat fyysiset riskitekijät ovat yhteydessä tule-sairauksiin (selässä, yläraajoissa ja/tai alaraajoissa): työasento ja työskentely hankalissa asennoissa (kuten kuormittavissa ja kipua aiheuttavissa asennoissa), fyysisesti raskas työ, nostaminen, toistotyö, altistuminen käsikäyttöisten työvälineiden aiheuttamalle värinälle ja altistuminen alhaisille lämpötiloille. Näiden riskitekijöiden yleisyys työssäkäyvän väestön keskuudessa vaihtelee huomattavasti (Kaavio 7).
- Aiemmista tutkimuksista käy ilmi, että työntekijän oman ilmoituksen mukainen istumiseen käytetty aika on yhteydessä kroonisiin sairauksiin ja kuolleisuuteen. Tätä tutkimusta varten tehdyn Euroopan työolotutkimuksen (EWCS) tietojen analyysin perusteella ei voida vahvistaa, että istuminen lisää erityyppisten tule-sairauksien riskiä. Tarvitaan lisätutkimuksia, jotta voitaisiin selvittää, johtuuko tämä mittausongelmista vai siitä, että pitkäaikainen istuminen ei sinänsä lisää tule-sairauksien kehittymisen riskiä.
- Yhteensä 21 erilaisella organisatorisella ja psykososiaalisella riskitekijällä on merkittävä yhteys ainakin yhteen kolmesta tarkasteltavasta tule-sairaudesta (selkäkipu, yläraajojen tule-sairaudet, alaraajojen tule-sairaudet). Monilla näistä riskitekijöistä on yhteys vain yhteen näistä tule-sairauksista. Tämä vahvistaa sen näkemyksen, että kullakin tule-sairaudella on omat erityiset riskitekijänsä. Tätä tutkimusta varten tehtyjä kartoitettavia analyysejä olisi täydennettävä lisäanalyyseillä, jotta tule-sairauksien ja näiden psykososiaalisten ja organisatoristen riskitekijöiden välisten suhteiden luonnetta voidaan tarkastella lähemmin tilastollisin keinoin.
- Merkittävä yhteys ainakin kahteen kolmesta tarkastellusta tule-sairaustyyppistä havaittiin olevan yhdeksällä seuraavalla organisatorisella ja psykososiaalisella riskitekijällä: ahdistuneisuus, yleinen väsymys, uniongelmat, mielenterveyden häiriöt, epäasiallinen kohtelu työpaikalla (kukin näistä on yhteydessä kolmeen tule-sairaustyyppiin), seksuaalinen ahdistelu työpaikalla, tarmokkuuden puute, työtehtävien suorittamiseen tarvittavan ajan puute ja epätietoisuus työssä asetetuista odotuksista. Jotkut riskitekijöistä ovat varsin yleisiä, kun taas osa mainitaan harvoin, ks. Kaavio 7.

**Kaavio 7: Osuus työntekijöistä, jotka ilmoittivat altistuvansa työssään erilaisille fyysisille riskitekijöille vähintään neljänneksen ajasta EU28:ssa vuosina 2005, 2010 ja 2015**



Repetitive hand or arm movements  
Working with computers, laptops, smartphones etc  
Tiring and painful positions  
Carrying or moving heavy loads  
Low temperatures whether indoors or outdoors  
Vibrations from hand tools, machinery etc

Toistuvat käden tai käsivarren liikkeet  
Työskentely tietokoneella, kannettavalla tietokoneella, älypuhelimella jne.  
Kuormittavat ja kivuliaat työasennot  
Raskaiden taakkojen kantaminen tai siirtäminen  
Alhaiset lämpötilat joko sisä- tai ulkotiloissa  
Käsityökalujen, koneiden jne. värinä

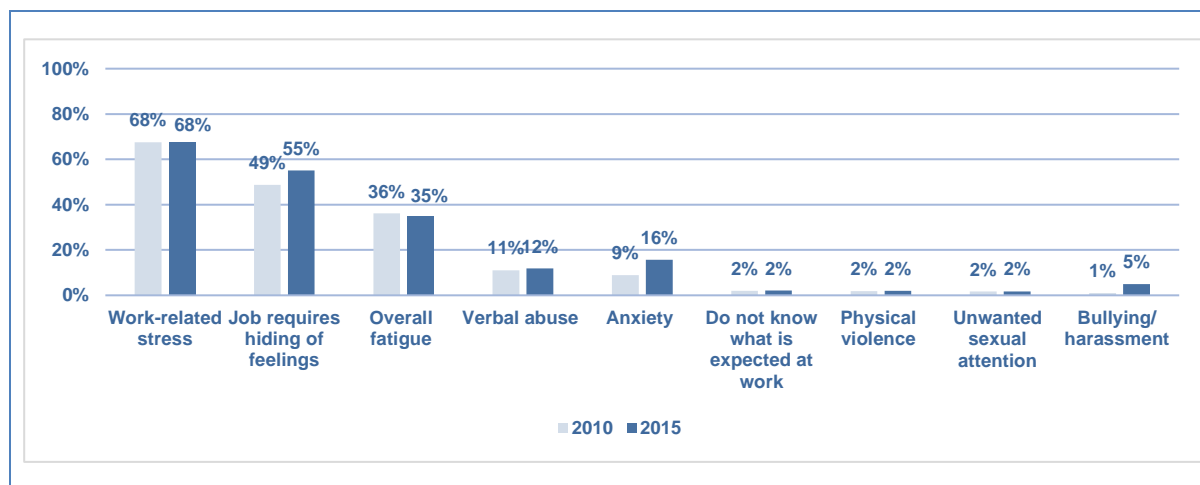
100 %  
80 %  
60 %  
40 %  
20 %  
0 %  
62 %  
47 %  
46 %  
35 %  
22 %  
25 %  
64 %  
53 %  
47 %  
34 %  
24 %  
23 %  
61 %  
58 %  
43 %  
32 %  
21 %  
20 %

100 %  
80 %  
60 %  
40 %  
20 %  
0 %  
62 %  
47 %  
46 %  
35 %  
22 %  
25 %  
64 %  
53 %  
47 %  
34 %  
24 %  
23 %  
61 %  
58 %  
43 %  
32 %  
21 %  
20 %

Huomio: Tiedot koskevat työntekijöitä, jotka ovat työssä vähintään 12 tuntia viikossa.

Lähde: Panteia, Euroopan työolotutkimuksen (EWCS) neljännen (2005), viidennen (2010) ja kuudennen (2015) tutkimuskerran pohjalta.

**Kaavio 8: Työntekijät, jotka ilmoittivat erilaisista organistorisista ja psykososiaalisista riskeistä EU28:ssa vuosina 2010 ja 2015**



Work-related stress

Job requires hiding of feelings

Overall fatigue

Verbal abuse

Anxiety

Do not know what is expected at work

Physical violence

Unwanted sexual attention

Bullying/ harassment

68%

49%

36%

11%

9%

2%

2%

2%

1%

68%

55%

35%

12%

16%

2%

2%

2%

5%

100%

80%

60%

40%

20%

0%

Työperäinen stressi

Tunteiden peittämistä edellyttävä työ

Yleinen väsymys

Häirinnän ja muun epäasiallisen

kohtelun kohteeksi joutuminen

Ahdistuneisuus

Epätietoisuus työpaikalla asetetuista

odotuksista

Fyysinen väkivalta

Seksuaalinen ahdistelu

Työpaikkakiusaaminen/häirintä

68 %

49 %

36 %

11 %

9 %

2 %

2 %

2 %

1 %

68 %

55 %

35 %

12 %

16 %

2 %

2 %

2 %

5 %

100 %

80 %

60 %

40 %

20 %

0 %

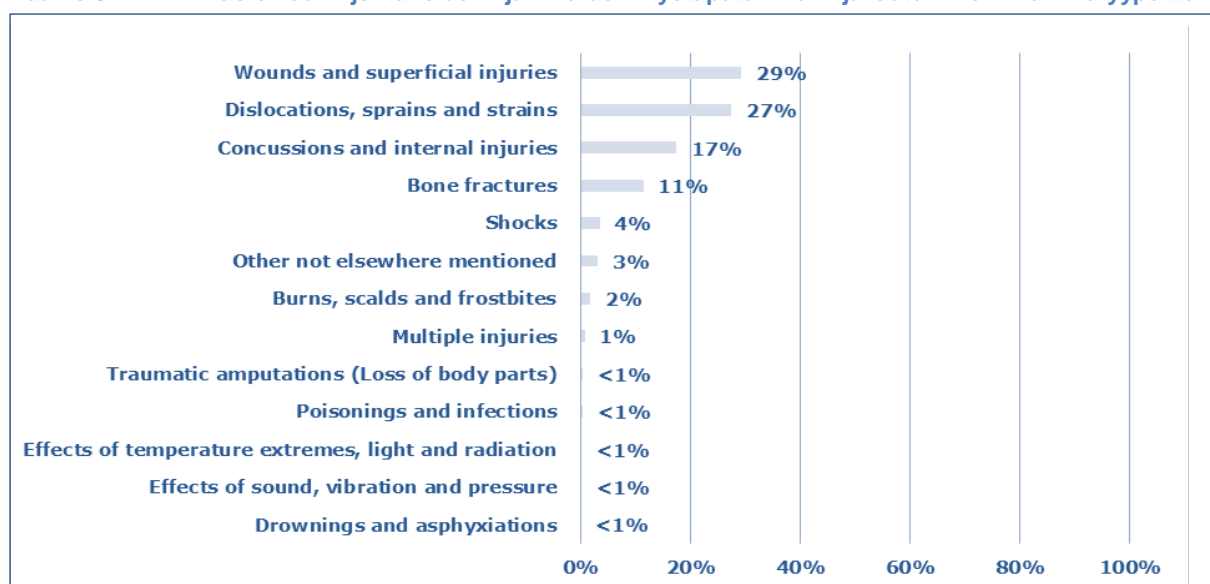
Huomio: Ahdistuneisuutta kartoittavaa kysymystä on muutettu (vuonna 2010 kysymykseen sisältyi sana "masennus"; joka poistettiin vuonna 2015).

Lähde: Panteia, Euroopan työolotutkimuksen (EWCS) viidennen (2010) ja kuudennen (2015) tutkimuskerran pohjalta.

## Tule-sairauksiin liittyvät tapaturmat

- Monen tyyppiset vammat, kuten sijoiltaanmenot, nyrjähdykset ja venähdykset sekä luunmurtumat, voidaan katsoa akuuteiksi tule-sairauksiksi.
- Akuuttien tapaturmien osuus kaikista kuolemaan johtaneista ja muista vakavista työtapaturmista oli 38 prosenttia. Sijoiltaanmenot, nyrjähdykset ja venähdykset ovat toiseksi yleisin työperäisten vammojen ryhmä EU28:ssa (haavojen ja pintavammojen jälkeen), ja niiden osuus kaikista kuolemaan johtaneista ja muista työperäisistä vammoista on 27 prosenttia. Luunmurtumien osuus on pienempi, vain 11 prosenttia (Kaavio 9).
- Joissakin maissa tapaturmaluvut koskevat akuutteja tuki- ja liikuntaelinvainoja, jotka ovat esimerkiksi aiheutuneet raskaiden taakkojen nostamisesta. Tällöin akuutit tapaturmat ovat yksi yleisimmistä (tai yleisin) työtapaturmista.

Kaavio 9: Kuolemaan johtaneiden ja muiden työtapaturmien jakautuminen vammatyypeittäin



### EU28:ssa vuonna 2016

Drownings and asphyxiations	Hukkuminen ja tukehtuminen
Effects of sound, vibration and pressure	Äänen, värinän ja paineen vaikutukset
Effects of temperature extremes, light and radiation	Ääriämpötilojen, valon ja säteilyn vaikutukset
Poisonings and infections	Myrkytykset ja infektiot
Traumatic amputations (loss of body parts)	Traumaattiset amputaatiot (kehon osien menettäminen)
Multiple injuries	Useat samanaikaiset vammat
Burns, scalds and frostbites	Palovammat ja paleltumat
Other not elsewhere mentioned	Muut muualla mainitsemattomat
Shocks	Sokit
Bone fractures	Luunmurtumat
Concussions and internal injuries	Tärähdykset ja sisäiset vammat
Dislocations, sprains and strains	Sijoiltaanmenot, nyrjähdykset ja venähdykset
Wounds and superficial injuries	Haavat ja pintavammat
29%	29 %
27%	27 %



17%	17 %
11%	11 %
4%	4 %
3%	3 %
2%	2 %
1%	1 %
<1%	< 1 %
<1%	< 1 %
<1%	< 1 %
<1%	< 1 %
<1%	< 1 %
0%	0 %
20%	20 %
40%	40 %
60%	60 %
80%	80 %
100%	100 %

Huomio: Euroopan työtaturmatilastojen (ESAW) puitteissa ilmoitetut muut kuin kuolemaan johtaneet (vakavat) tapaturmat ovat tapaturmia, joihin liittyy vähintään neljän kokonaisen kalenteripäivän poissaolo työstä. Alustava. *N* = 3 288 581 Lähde: Eurostat, Euroopan työtaturmatilastot (ESAW).

### ***Tule-sairaudet kuuluvat joissakin jäsenvaltioissa yleisimpiin tunnustettuihin ammattitauteihin***

- Ammattitautien rekisteröintiin käytettävissä kansallisissa korvaus- ja raportointijärjestelmissä on huomattavia eroja.
- Tautiluokittelut ja tunnustamiskäytännöt ovat eri jäsenvaltioissa varsin erilaisia.
- Nykyään tunnustettujen ja korvattavien ammattitautien piirteet ja jakautuminen eivät suinkaan vastaa työperäisten tule-sairauksien aiheuttamia todellisia terveystilanteita.
- Kansallisella tasolla kerätyistä tiedoista käy ilmi, että tule-sairaudet ovat yleisin tunnustettu ammattitauti Ranskassa, Italiassa ja Espanjassa.
- Naisten osuus tule-sairauksiin liittyvien tunnustettujen ammattitautien tapausten kokonaismäärästä on miesten osuutta suurempi ja ikääntyneiden työntekijöiden osuus nuorten osuutta suurempi (jäsenvaltioiden tasolla kerättyjen tietojen perusteella ja maiden välisistä eroista huolimatta).

### ***Tule-sairauksien vaikutukset***

Tule-sairaudet ovat vakava huolenaihe ensinnäkin siksi, että ne vaikuttavat monien työntekijöiden yleiseen terveystilanteeseen. Lisäksi niillä on taloudellisia vaikutuksia yritysten toimintaan ja niistä aiheutuu taloudellisia ja sosiaalisia kustannuksia Euroopan maille.

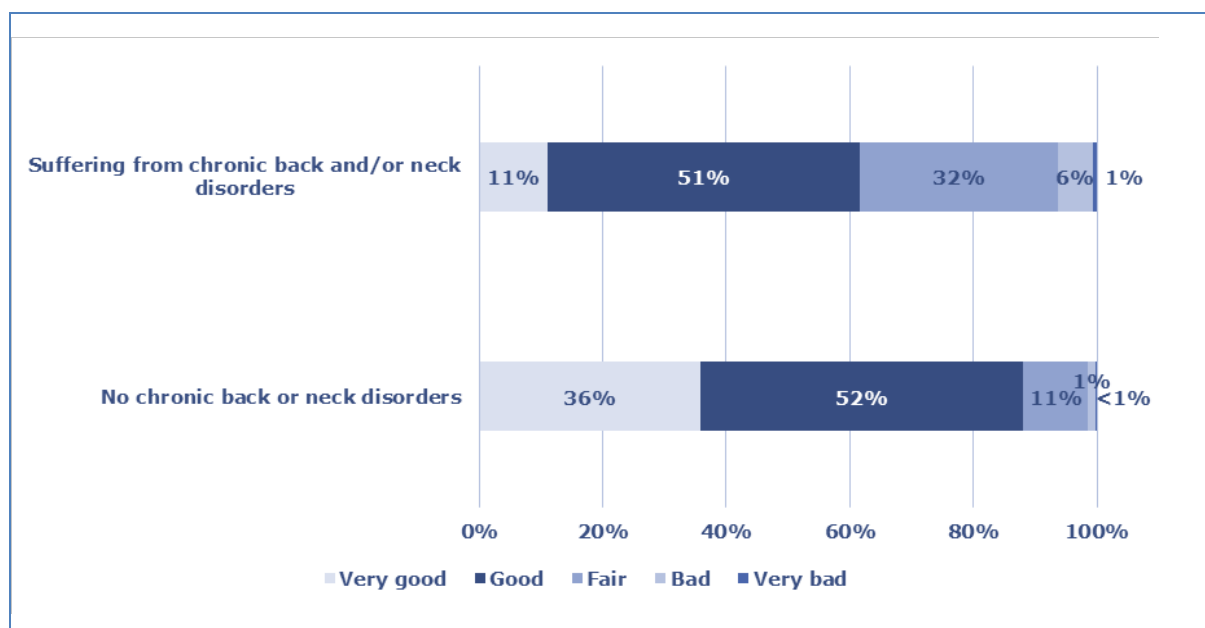
Tärkeimmät havainnot EU:n työntekijöiden yleisestä terveystilanteesta ovat seuraavat:

- Valtaosa tule-sairauksista kärsivistä työntekijöistä ilmoittaa, että heidän terveydentilansa on hyvä tai erittäin hyvä. Tämä viittaa siihen, että työntekijöiden itse ilmoittamiin tule-sairauksiin

kuuluu vakavien ohella myös lieviä tapauksia. Tämä koskee myös selän ja/tai niskan kroonisia tule-sairauksia (ks. kaavio 10), vaikkakaan ei yhtä laajalti.

- EU:n työntekijöiden yleisimpiä työperäisiä vaivoja ovat tule-sairaudet sekä stressi, masennus ja ahdistuneisuus (mielenterveysongelmat) (ks. kaavio 2).
- Tule-sairauksien esiintymiseen yhteydessä työntekijöillä on tavallista enemmän ahdistuneisuutta, uniongelmia ja yleistä väsymystä. Tule-sairauksien esiintymisellä on yhteys myös työntekijöiden henkiseen hyvinvointiin (tule-sairaudet ovat yleisempiä työntekijöillä, joiden henkinen hyvinvointi on huono). Edellä mainittu koskee tule-sairauksia ylä- ja alaraajoissa sekä selässä.
- Tule-sairauksien ohella työntekijät voivat kärsiä ahdistuneisuudesta, yleisestä väsymyksestä, uniongelmistä ja liiallisesti henkisestä kuormituksesta. Joissakin tapauksissa tule-sairaudet voivat jopa aiheuttaa näitä terveysongelmia tai pahentaa niitä. Syy-yhteys voi kuitenkin olla myös päinvastainen, eli voimakas ahdistuneisuus, yleinen väsymys ja uniongelmat voivat aiheuttaa tule-sairauksiin liittyvä vaivoja tai pahentaa niihin liittyviä jo olemassa olevia vaivoja.

**Kaavio 10:** Työntekijät, jotka ilmoittivat, että heidän yleinen terveydentilansa on erittäin hyvä, hyvä, kohtalainen, huono tai erittäin huono, sen mukaan, esiintykö heillä kroonisia selkä- tai niskavaivoja viimeisten 12 kuukauden aikana, EU28:ssa vuonna 2014



No chronic back or neck disorders	Työntekijät, joilla ei ole kroonisia selkä- tai niskavaivoja
Suffering from chronic back and/or neck disorders	Työntekijät, joilla on kroonisia selkä- ja/tai niskavaivoja
Very good	Erittäin hyvä
36%	36 %
11%	11 %
Good	Hyvä
52%	52 %
51%	51 %
Fair	Kohtalainen
11%	11 %
32%	32 %

Bad	Huono
1%	1 %
6%	6 %
Very bad	Erittäin huono
<1%	< 1 %
1%	1 %
0%	0 %
20%	20 %
40%	40 %
60%	60 %
80%	80 %
100%	100 %

Huomio: Tulokset perustuvat henkilöihin, jotka ovat työssä tai ammatissa, mukaan lukien palkaton työ perheyrytyksessä tai maatilalla, oppisopimuskoulutus tai palkallinen harjoittelu jne.

N = 127 338

Lähde: Panteia, eurooppalaisen terveyshaastattelututkimuksen toisen tutkimuskerran (2014) pohjalta.

Tule-sairauksiin liittyvien kustannusten ja haittojen todellista laajuutta on vaikea arvioida ja vertailla EU:n tasolla. Kustannuksia ja rasitteita jossain määrin kuvaavia erilaisia indikaattoreita ovat muun muassa sairastavuusvakioidut elinvuodet (disability-adjusted life years, DALYs), poissaolot sekä yritysten tuotannon ja tuottavuuden menetykset.

- Sairastavuusvakioidut elinvuodet määritetään sairastumisen, työkyvyttömyyden tai ennenaikaisen kuoleman vuoksi menetettyjen vuosien lukumääränä, ja ne kuvastavat sairauksien vaikutusta koko väestön elämänlaatuun ja kuolleisuuteen. Tule-sairaudet lisäävät työperäisten vammojen ja sairauksien vuoksi menetettyjen (sairastavuusvakioitujen) elinvuosien kokonaismäärää yhteensä 15 prosentilla.
- Suuri osa työpäivien menetyksistä EU:n jäsenvaltioissa johtuu tule-sairauksien aiheuttamista työpoissaoloista. Vuonna 2015 yli puolet (53 prosenttia) työntekijöistä, joilla oli tule-sairauksia, ilmoitti olleensa kuluneen vuoden aikana poissa työstä. Osuus on huomattavasti suurempi kuin niiden työntekijöiden osuus, joilla ei ole terveysongelmia (32 prosenttia). Työntekijät, joilla on tule-sairauksia, ovat muita todennäköisemmin poissa työstä, ja lisäksi heidän mahdolliset työpoissaolonsa kestävät keskimäärin kauemmin kuin muiden työntekijöiden. Esimerkiksi 26% työntekijä, joilla on kroonisia tule-sairauksia ja muita terveysongelmia ilmoitti olleensa kuluneen vuoden aikana poissa työstä yli kahdeksan päivää. Tämä on huomattavasti enemmän kuin vastaava 7 prosentin osuus työntekijöistä, joilla ei ole terveysongelmia.
- Yksittäisten jäsenvaltioiden tasolla on tehty tutkimuksia, joista käy ilmi tule-sairauksien taloudellisia vaikutuksia (tuottavuuden lasku ja sosiaalimenojen nousu). Esimerkiksi Saksassa tuki- ja liikuntaelin- ja sidekudossairaudet aiheuttivat 17,2 miljardin (17 200 miljoonan) euron tuotannonmenetykset (työvoimakustannuksiin perustuvat tuotannonmenetyskustannukset) vuonna 2016 ja 30,4 miljardin euron bruttoarvonlisäyksen menetyksen (työn tuottavuuden laskuna). Nämä luvut vastaavat 0,5 prosenttia ja 1,0 prosenttia Saksan bruttokansantuotteesta (BKT).

## **Tule-sairauksien ehkäisy**

Kyselytutkimus Euroopan yrityksille uusista ja kehittyvistä riskeistä (ESENER)<sup>4</sup> tarjoaa joitain esimerkkejä työnantajien nykyistä keinoista ehkäistä työperäisiä tule-sairauksia.

- Valtaosa työntekijöistä työskentelee organisaatioissa, joissa on käytössä yksi tai useampia ehkäiseviä toimenpiteitä. Näitä toimenpiteitä ovat muun muassa ergonomisten työvälineiden käyttö, hankalissa työasennoissa työskentelevien henkilöiden kannustaminen pitämään säännöllisiä taukoja ja tehtävien kierto toistuvien liikkeiden vähentämiseksi. Näitä toimenpiteitä toteuttavat kaikenkokoiset organisaatiot kaikilla toimialoilla. Organisaation koolla on kuitenkin selkeä vaikutus: mitä suurempi organisaatio, sitä parempi on ennaltaehkäisevien toimenpiteiden saatavuus.
- EU:n 28 jäsenvaltion välillä on huomattavia eroja niiden organisaatioiden määrässä, joissa on käytössä toimintatapoja työntekijöiden työhön paluun tukemiseksi pitkäaikaisen sairauspoissaolon jälkeen. Suuri osa työntekijöistä Yhdistyneessä kuningaskunnassa (97 %), Ruotsissa (95 %), Suomessa (93 %) ja Alankomaissa (92 %) työskentelee yrityksissä, joissa työntekijöille tarjotaan tukea työhön palaamiseen pitkäaikaisen sairauden jälkeen. Prosenttiosuudet Liettuassa (19 %) ja Virossa (27 %) ovat paljon pienemmät kuin EU28:n keskiarvo (73 %).
- Ennaltaehkäiset toimenpiteet ovat osoittautuneet tehokkaiksi, joten niihin investoiminen on erityisen palkitsevaa. Työntekijät, jotka työskentelevät ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä tavallista enemmän käyttävissä maissa ja toimialoilla, ilmoittavat vähemmän todennäköisesti tule-sairauksista. Selkäkivusta ilmoittaneiden työntekijöiden osuus riippuu selvästi käytössä olevien ennaltaehkäisevien toimenpiteiden määrästä (51 prosenttia, kun toimenpiteitä on keskimäärin yhdestä kolmeen, ja 31 prosenttia, kun niitä on keskimäärin viidestä kuuteen). Alaraajojen tule-sairauksien yleisyydessä on havaittavissa vastaava suuntaus.

## **Toimintaohje vinkit**

Selvityksemme perusteella ehdotamme seuraavaksi ennaltaehkäiseviä toimintaohjeita.

### **Tule-sairauksien ennaltaehkäisy edellyttää yhtenäistä monen toimenpiteen yhdistettyä lähestymistapaa**

- Eri tekijäryhmät voivat myötävaikuttaa tule-sairauksien kehittymiseen. Näitä ovat fyysiset, työn järjestelyihin liittyvät ja psykososiaaliset, sosiodemografiset ja yksilölliset tekijät. Useimmiten nämä tekijät ovat yhteydessä toisiinsa. Näiden moninaisten syiden vuoksi paras tapa torjua tule-sairauksia on yhdistetty lähestymistapa.
- Tutkimuksista käy ilmi, että yksittäisiin toimenpiteisiin perustuvat interventiot eivät ilmeisesti ole kovin tehokkaita tule-sairauksien ehkäisemisessä. Toimet, joilla puututaan kuhunkin riskitekijään erikseen, eivät todennäköisesti ole yhtä tehokkaita kuin moniin eri tekijöihin perustuvat yhdistetyt toimenpiteet. Tällaisia interventioita luonnehditaan usein ”kokonaisvaltaisiksi” tai ”yhtenäisiksi”.
- Lupaavin strategia näyttää olevan yhtenäinen lähestymistapa ennaltaehkäisyyn. Strategian suunnittelu aloitetaan tunnistamalla tule-sairausriskit. Päätöksentekijöiden olisi keskityttävä tarjoamaan käytännöllisiä riskinarviointivälineitä ja -oppaita. Nämä voivat olla melko yksinkertaisia ja sisältää tässä raportissa mainittujen tule-sairauksien riskitekijöiden yhdistettyjä kuvauksia.
- Mitä suurempi organisaatio, sitä enemmän ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä on saatavilla. Tämä vuoksi mikro- ja pienyrityksille on tarjottava enemmän toimenpideohjeita. Käytännön oppaat ja riskinarviointivälineet olisi kohdennettava siten, että ne vastaavat pienten yritysten ja

<sup>4</sup> ESENER kattaa vähintään viisi työntekijää työllistävien yritysten työntekijät.

organisaatioiden erityistarpeisiin ja haasteisiin (kun tule-sairauksia pyritään ehkäisemään niiden toimitiloissa).

- Työntekijöiden ottaminen mukaan ennaltaehkäisytoimintaan on usein tärkeä menestystekijä.
- Aikaisempaa yhtenäisempien ja osallistavien lähestymistapojen edistäminen ja levittäminen edellyttää toimia, joilla parannetaan tietoisuutta ja välitetään tietämystä tule-sairauksista (niiden syistä ja vaikutuksista sekä ennaltaehkäisevistä toimenpiteistä). Tähän tarjoutuu tilaisuus työperäisten tule-sairauksien ehkäisyä koskevassa vuosien 2020–2022 Terveellinen työ -kampanjassa (ja/tai vastaavissa kampanjoissa).
- Esimerkkejä tule-sairauksista ovat yläraajojen, alaraajojen ja selän tule-sairaudet. Niiden ilmenemistapa, riskin suuruus, terveysvaikutusten laatu ja niiden ehkäisemiseksi tarvittavat toimenpiteet kuitenkin vaihtelevat. Tämä olisi otettava huomioon interventioita ja toimintatapoja kehitettäessä. Tämä tarkoittaa sitä, että kutakin tule-sairautta varten tarvitaan kohdennettuja toimia.
- Tule-sairaudet ovat monitahoisia. Tämän vuoksi työperäisten tule-sairauksien ennaltaehkäisyn tulisi sisältyä ja osin myös täydentää muuta työterveyden edistämisen toimintaa, jolla tähdätään hyvään tuki- ja liikuntaelinterveyteen työpaikoilla mutta myös muualla elämässä (ns. kansanterveydellinen näkökulma).

### **Altistuminen tule-sairauksien riskitekijöille**

- Työntekijät altistuvat yleensä tule-sairauksien erilaisten riskitekijöiden yhdistelmälle. Tässä tutkimuksessa fyysisistä riskitekijöistä tehty ryhmittelyanalyysi osoittaa, että tietyt riskitekijöiden yhdistelmät esiintyvät muita useammin. Tällaiset havainnot voivat vaikuttaa merkittävästi tule-sairauksien ehkäisyyn. Tulevissa tutkimuksissa olisi jatkettava tule-sairauksiin liittyvien riskitekijöiden (ja myös terveysongelmien) erityisten yhdistelmien tarkastelua. Jatkossa voitaisiin tutkia esimerkiksi, missä määrin eri riskitekijät (tai terveysongelmat) vahvistavat toisiaan ja miten vahvistava vaikutus voitaisiin estää.
- Riippumatta istumisen, päätetyöskentelyn ja tule-sairauksien välisen suhteen erityisluonteesta, liikkumattomuus työssä voi olla terveydelle vaarallista (sydän- ja verisuonitaudit, syöpä, diabetes, jne.). Riskiä on ehkäistävä erityisesti, kun työpaikalla istuminen lisääntyy.
- Organisatoristen ja psykososiaalisten riskien arvioinnit tehdään työpaikoilla hyvin usein erillään ja keskitytään pelkästään ”stressin” mielenterveysvaikutuksiin. Tällöin ei oteta huomioon näiden riskien vaikutusta muihin riskeihin tai muihin terveysongelmiin, kuten tuki- ja liikuntaelimestön kipuihin. Koska työntekijät altistuvat samanaikaisesti useille tule-sairauksiin liittyville riskitekijöille, ei ole suotavaa käyttää riskinarviointiprosessin yhteydessä yksiuolotteisia riskeihin perustuvia (yhden riskitekijän ja yhden tuloksiin tähtäävän toimen väliseen suhteeseen perustuvia) lähestymistapoja vaan niiden sijaan olisi valittava kokonaisvaltaisempi lähestymistapa. Haasteena on siirtää olemassa oleva tietämys työpaikoille, jotta voidaan luopua tule-sairauksiin liittyvän riskinarvioinnin ja psykososiaalisten riskien arvioinnin välisestä raja-aidoista. Työnantajien ja työntekijöiden käyttöön olisi työpaikalla annettava ohjeita ja riskinhallintavälineitä, joissa nämä näkökohdat on otettu huomioon.
- Psykososiaaliset riskitekijät, kuten stressi, ahdistuneisuus, uniongelmien ja mielenterveyden ongelmat, voivat vaikuttaa tule-sairauksien ilmaantumiseen. Tutkimusten mukaan niillä on erityisen tärkeä rooli tule-sairauksien kroonistumisessa eli muuttumisessa akuuteista (korjautuvista ongelmista) kroonisiksi. Tämän vuoksi psykososiaaliset riskitekijät on otettava huomioon arvioitaessa ja ehkäistäessä tule-sairauksiin liittyviä riskejä (primaarinen ennaltaehkäisy), mutta ennen kaikkea silloin, kun ensimmäiset tuki- ja liikuntaelimestön kipuoireet ilmenevät.
- Yritykset edistävät tule-sairauksien ehkäisyä myös parantamalla työn organisointia ja sosiaalista ilmapiiriä. Työpaikoilla on tärkeää lisätä tietoisuutta tästä keskinäisestä suhteesta ja kannustaa huomioimaan tule-sairauksien ehkäisyä tehtäessä muutoksia työjärjestelyihin tai ehkäistäessä psykososiaalisille riskeille altistumista.

## ***Tule-sairauksien yleisyys vaihtelee eri maissa, toimialoilla ja ammateissa sekä sosiodemografisten ominaisuuksien mukaan***

- Tule-sairauksien yleisyys vaihtelee suuresti eri tasoilla (kansallisella, toimialakohtaisella, organisatorisella ja yksilöllisellä tasolla). Jotta näitä eroja voidaan ymmärtää paremmin, tarvitaan lisätutkimuksia.
- Kansalliset erot tule-sairauksista ilmoittavien työntekijöiden osuuksissa osoittavat, että toimintatavat ja strategiat tule-sairauksien ehkäisemiseksi on räätälöitävä ja mukautettava kunkin maan kansallisia erityisolosuhteita vastaaviksi.
- Koska tule-sairauksien yleisyys, laatu ja vakavuus vaihtelevat toimialoittain, on johdonmukaista suunnitella myös toimialakohtaisia lähestymistapoja tule-sairauksien torjumiseen. Tällaisiin lähestymistapoihin kuuluisi erityisten toimialakohtaisten standardien, riskinarviointivälineiden ja tule-sairauksien listausten käyttöönotto (mukaan lukien ennaltaehkäisevät ja suojoitoimenpiteet, jotka on mukautettu tule-sairauksiin liittyviin toimialakohtaisiin erityisriskeihin).
- Kun tule-sairauksien esiintyvyys erotellaan sukupuolen, iän ja koulutustason mukaan, korostuu tarve kokonaisvaltaiselle lähestymistavalle riskinarvioinnissa, millä voidaan parantaa tule-sairauksien ehkäisyä ja hallintaa. Tule-sairauksien ehkäisemisessä olisi mahdollisuuksien mukaan noudatettava sisällyttävää (inklusiivinen) ja eriytettyä lähestymistapaa, joka mukautuu yhä monimuotoisempaan työssäkäyvään väestöön. Tällaiseen kokonaisvaltaiseen lähestymistapaan sisältyy yleensä toimia, joilla lisätään tietoisuutta näiden lähestymistapojen välttämättömyydestä tule-sairauksien torjunnassa sekä sellaisten erityisten ohjeiden ja käytännön välineiden laatimisessa, joilla puututaan tähän ongelmaan sekä tuetaan ja ohjataan niin työnantajia kuin työntekijöitä työpaikalla. Tällaisia aloitteita tukevien toimintatapojen ja järjestelmien kehittäminen on erittäin suositeltavaa.
- Kolme ikään liittyvää kehityskulkua vahvistavat toisiaan: tule-sairauksien riski kasvaa iän, väestön ikääntymisen ja eläkeiän nousun myötä. Tämä osoittaa, että erityistoimenpiteet ovat tarpeen. Työn kestävyys kannalta on tärkeää estää altistuminen työperäisiä tule-sairauksia edistäville riskitekijöille. Työvoiman ikääntyessä työsuojelustrategioissa olisi sen vuoksi kiinnitettävä erityistä huomiota työntekijöiden kumulatiiviseen altistumiseen fyysisille ja psyykkisille vaaratekijöille, koska se vaikuttaa kaikkien työntekijöiden kestävään työllisyyteen.

## ***Tule-sairauksien vaikutukset***

- Tule-sairauksista ilmoittavilla työntekijöillä on enemmän poissaoloja kuin työntekijöillä, joilla ei ole terveysongelmia. Tämän vuoksi on tärkeää toteuttaa primaariseen ennaltaehkäisyyn tähtääviä toimia. Sairauden tai poissaolon yhteydessä on kuitenkin myös tärkeää toteuttaa kuntoutukseen ja työhön paluuseen tähtääviä toimenpiteitä työkyvyttömyyteen ja/tai ammattitaituihin johtavien sairauspoissaolojen estämiseksi tai vähentämiseksi.
- Tässä korostuu myös varhaisen puuttumisen merkitys. Varhaiset toimet, joilla pyritään vähentämään vammojen syntymistä ja palauttamaan terveys, voivat johtaa konkreettisiin säästöihin terveydenhuollossa ja sosiaalipalveluissa sekä vähentää poissaoloja. Suuri osa tule-sairauksista on lyhytaikaisia (tai akuutteja), joten työntekijät voivat toipua yksinkertaisten toimenpiteiden avulla, jotka toteutetaan heti ensimmäisten oireiden ilmetessä. Mitä nopeammin tule-sairaus hoidetaan, sitä epätodennäköisemmin siitä tulee pitkäaikaiseen työpoissaoloon johtava krooninen sairaus.
- Työsuojelulla on tärkeä rooli kroonisista tule-sairauksista kärsivien työntekijöiden työssä pysymisen tukemisessa ja sen varmistamisessa, että työ ei pahenna näitä kivuliaita työkykyä haittaavia sairauksia. Sairauspoissaolojen ja -korvausten kulut muodostavat suurimman osan valtioiden sosiaaliturvamenoista. Tämä kannustaa kehittämään kuntoutustoimintaa ja toimintamalleja työhön paluuseen.

## Keskeiset viestit

- Yli puolet EU:n työvoimasta ilmoittaa kärsivänsä tule-sairauksista, eikä niiden vaikutuksia saisi aliarvioida.
- Työperäisten tule-sairauksien asettamat haasteet on tiedostettu ja niihin on vastattu Euroopan tasolla. Ennaltaehkäisyyn tarvitaan kuitenkin lisäpanostusta.
- Uudet (luonteeltaan varsin erilaiset) suuntaukset ja muutokset vaikuttavat tai voivat vaikuttaa (positiivisesti tai negatiivisesti) EU:n työntekijöiden altistumiseen tule-sairauksiin liittyville riskitekijöille, joita ovat väestön ja työvoiman ikääntyminen, palvelualan työpaikkojen lisääntyminen, uudet liiketoimintamallit ja työllisyyden muodot, työn organisoinnin uudet muodot, digitalisaatio, istumatyö, jne. Tule-sairauksien ennaltaehkäisy on mukauduttava näihin uusiin suuntauksiin ja muutoksiin.
- Yritysten tasolla toteutettavia toimia tule-sairauksien ehkäisemiseksi on tuettava poliittisella, yhteiskunnallisella ja talouden tasolla tehtävillä muutoksilla/toimilla (sääntely, terveyspolitiikka, markkinaolosuhteet, talouden alojen organisointi jne.), jotta voidaan edistää kestävämpien ja terveellisempien työpaikkojen kehittämistä.
- Tule-sairauksien ennaltaehkäisyssä on perinteisesti keskitytty fyysisten/biomekaanisten riskitekijöiden ehkäisemiseen. Tutkimusten mukaan myös organisatoriset ja psykososiaaliset riskitekijät on otettava huomioon tule-sairauksien ehkäisyssä. Haasteena on nyt siirtää tämä tietämys työpaikoille (kampanjoiden, käytännön työkalujen, ohjauksen jne. avulla).
- Tule-sairauksien ehkäisemisessä olisi mahdollisuuksien mukaan noudatettava kokonaisvaltaista mutta samalla työssäkävyn väestön moninaisuuden huomioivaa lähestymistapaa.
- Kun otetaan huomioon tule-sairauksien monitahoisuus, työperäisten tule-sairauksien ennaltaehkäisy tulisi sisältyä ja täydentää muuta työterveyden edistämisen toimintaa, jolla tähdätään hyvään tuki- ja liikuntaelinterveyteen työpaikoilla.
- Tilastollisesti tule-sairaudet ja mielenterveysongelmat (stressi, masennus ja ahdistuneisuus) kuuluvat merkittävimpiin työsuojeluun liittyviin terveysongelmiin Euroopassa. Tämä (muuta tutkimustuloksia vahvistava) raportti osoittaa, että edellä mainitut kaksi terveysongelmaa voivat esiintyä tai esiintyvät usein yhdessä tai liittyvät toisiinsa (vaikka niiden keskinäisten suhteiden luonnetta ei voida selittää ainakaan tilastollisesti). Tällä on merkittäviä vaikutuksia ennaltaehkäisyyn. Näiden kahden terveysongelman käsittelemiseksi on edistettävä yhdenmukaisia lähestymistapoja.

**Euroopan työterveys- ja työturvallisuusviraston (EU-OSHA)** tehtävänä on turvallisuuden, terveyden sekä tuottavuuden lisääminen Euroopan työpaikoilla. Virasto tutkii, kehittää ja jakaa luotettavaa, tasapuolista ja puolueetonta työterveys- ja työturvallisuustietoa sekä järjestää Euroopan laajuisia tiedotuskampanjoita. Viraston on perustanut Euroopan unioni vuonna 1994, ja sen toimipaikka on Bilbaossa Espanjassa. Virasto kokoaa yhteen Euroopan komission, jäsenvaltioiden hallitusten sekä työnantaja- ja työntekijäjärjestöjen edustajia ja EU:n jokaisen jäsenvaltion ja muiden maiden johtavia asiantuntijoita.

**Euroopan työterveys- ja työturvallisuusvirasto**

Santiago de Compostela 12, 5th floor

48003 Bilbao, ESPANJA

Puhelin +34 944358400

Faksi +34 944358401

Sähköposti: [information@osha.europa.eu](mailto:information@osha.europa.eu)

<http://osha.europa.eu>



Publications Office