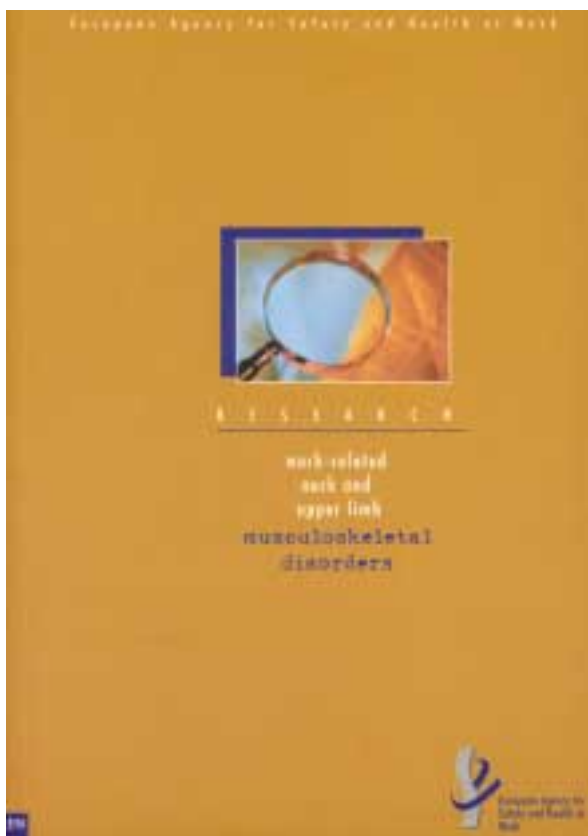




## “Arbejdsbetinget besvær i nakke, skuldre og arme”

### Sammendrag af Arbejdsmiljøagenturets rapport

Arbejdsbetinget besvær i nakke, skuldre og arme er en af de mest almindelige arbejdsbetingede sygdomme. Millioner af europæiske arbejdstagere inden for alle brancher er plaget af smerter i nakke, skuldre og arme. Dette informationsblad sætter fokus på de vigtigste konklusioner i en rapport, som gør status over problemets omfang, årsag og forebyggelse. Rapporten er udarbejdet af Arbejdsmiljøagenturet



Rapporten “Work-related neck and upper limb musculoskeletal disorders” (Arbejdsbetinget besvær i nakke, skuldre og arme) blev bestilt og offentliggjort af Det europæiske Arbejdsmiljøagentur. Rapporten gennemgår den aktuelle forskningsbaserede viden om årsagerne til nakke-, skulder- og armbesvær og strategier for at løse problemet. Indholdet blev godkendt af et videnskabeligt ekspertpanel. Rapporten har også modtaget bidrag fra arbejdsgiver- og arbejdstagerrepræsentanter samt fra nogle af de europæiske medlemsstaters officielle myndigheder. Arbejdet blev iværksat på anmodning af Europa-Kommissionen og gennemført af University of Surrey, UK.

#### Hovedkonklusioner og anbefalinger

- den videnskabelige dokumentation er nu så god, at den giver arbejdsgiverne mulighed for at beskytte de medarbejdere, der er mest udsat for at udvikle lidelser i nakke, skuldre og arme.

- der er behov for samarbejde for at afhjælpe manglen på standardiserede metoder, som medlemsstaterne kan anvende til forebyggelse af nakke, skulder og armbesvær.
- der er på visse områder behov for yderligere forskning.

#### Problemets omfang

Det er i EU landene klart påvist, at besvær i nakke, skuldre og arme er et stort problem, såvel sundhedsmæssigt som økonomisk på grund af store omkostninger for arbejdspladsen og for samfundet. Problemet er sandsynligvis voksende, idet medarbejderne i stadig stigende omfang udsættes for de risikofaktorer på deres arbejdsplads, der kan føre til disse lidelser.

Data fra de nordiske lande og Nederlandene tyder på, at omkostningerne i forbindelse med lidelser i nakke, skuldre og arme ligger på mellem 0,5% og 2% af bruttonationalindkomsten.

Selv om undersøgelser viser, at lidelser i nakke, skuldre og arme rammer en betydelig del af de beskæftigede i alle medlemslande, synes hyppigheden at variere meget fra medlemsland til medlemsland. Det er vanskeligt at foretage en direkte sammenligning mellem data, der indsamles og analyseres på forskellige måder, og det vides derfor ikke med sikkerhed, hvor pålidelige oplysningerne er. Undersøgelser, der blev opbygget på samme måde, har imidlertid også ført til meget forskellige resultater. Årsagerne til disse forskelle kræver en nærmere undersøgelse.

#### Risikogrupper

Lidelser i nakke, skuldre og arme kan forekomme inden for alle typer af jobs og brancher. Det synes dog som om, at visse grupper er særligt udsatte:

#### Erhverv med særlig høj eksponering og højrisikogrupper i Europa:

- Landbrug, skovbrug og fiskeri
- Industriel fremstilling, råstofudvinding
- Maskinoperatører
- Faglærte arbejdere, skræddere
- Bygge- og anlægsvirksomhed
- Engroshandel, detailhandel og reparation
- Hotel- og restaurationsvirksomhed
- Sekretærer, maskinskrivere
- Arbejdere der lægger/losser

Lidelser i nakke, skuldre og arme forekommer oftere hos kvinder end hos mænd, hvilket i højere grad tilskrives den type arbejde, de udfører, end deres køn og andre personlige faktorer. Kønsforskellenes betydning for arbejdsstedets udformning, arbejdets tilrettelæggelse og valg af arbejdsmetoder lå uden for det område, som rapporten behandlede, men der er behov for en nærmere undersøgelse af disse forhold.

#### Lidelseernes biologiske oprindelse

Der er tungtvejende argumenter for, at besvær i nakke, skuldre og arme hænger sammen med vævets anatomiske og fysiologiske forhold samt med de ydre påvirkninger. Videnskabelige undersøgelser fx biomekaniske modeller og direkte måling af

fysiologiske ændringer giver et sammenhængende og overbevisende dokumentation for besværets biomekaniske inducerede patologi ved påvirkning af muskler, nerver, sener og andre af kroppens væv.

Forståelsen for de fysiologiske mekanismer bag lidelser i nakke, skuldre og arme varierer alt efter lidelsens art. For karpaltunnelsyndromets vedkommende findes der f.eks. meget omfattende viden, hvorimod der for nogle af de andre lidelser er behov for mere forskning. Der eksisterer dog også plausible hypoteser om en fysiologisk forklaring på de typer besvær, hvor vidensgrundlaget er mere begrænset, og der forskes fortsat på disse områder.

### *I hvor høj grad er besvær i nakke, skuldre og arme arbejdsbetinget?*

De videnskabelige rapporter påviste en klar sammenhæng mellem visse lidelser i nakke, skuldre og arme og udførelsen af arbejdet, navnlig i de tilfælde hvor medarbejderne var meget udsatte.

#### *Følgende faktorer øger risikoen for besvær i nakke, skuldre og arme:*

- uhensigtsmæssige arbejdsstillinger
- hyppigt gentagne bevægelser
- kraftbetonet eller tungt manuelt arbejde
- vibrationer i hånd/arm
- direkte mekanisk tryk på kroppens væv
- kulde på arbejdspladsen
- arbejdets organisering
- indflydelse på eget arbejde
- det psykosociale arbejdsmiljø

Forståelsen af samspillet mellem risikofaktorerne (den virkning, som kombinationerne af eksponeringer har på den samlede risiko for en skade) er mere begrænset. Dette betyder, at det er svært at foretage nøjagtig vurdering af risikoen for skader ved udsættelse for skiftende risikofaktorer på arbejdspladsen. Arbejdstagere i de særligt udsatte eksponeringsgrupper kan og skal dog identificeres. Dette bør være en prioritering i forbindelse med enhver forebyggelses strategi.

Forskning har vist, at en begrænsning af den biomekaniske belastning af kroppen reducerer forekomsten af lidelser i nakke, skuldre og arme. Dette er et yderligere bevis på, at der findes en forbindelse mellem udførelsen af arbejdet og lidelserne.

### *Forebyggelsens rammer*

Den nuværende videnskabelige dokumentation og de generelle råd, der findes i bl.a. de europæiske direktiver om sikkerhed og sundhed, omfatter allerede nogle strategier til forebyggelse af nakke, skulder og armlidelser. Strategierne omfatter:

- risikovurdering
- sundhedsovervågning
- oplysninger til de ansatte
- uddannelse
- ergonomiske tiltag
- forebyggelse af træthed

De ergonomiske tiltag omfatter en gennemgang af hele arbejdsmiljøets påvirkning, herunder udstyr, arbejdsmetoder og tilrettelæggelsen af arbejdet osv. med det formål at identificere problemer og påpege løsninger. De rette ergonomiske tiltag i forbindelse med én type besvær kan meget vel hjælpe med til at forebygge andre. (Man skal være opmærksom på, at man ikke ved løsning af et problem skaber et andet).

Virksomheder, institutioner og organisationer, der allerede har indført forebyggende ergonometri og sundhedsprogrammer, kunne

hjælpe til med at fremme disse områder i andre virksomheder. De skulle ligeledes opfordres til at evaluere effektiviteten af de forebyggende programmer.

### *Behov for enighed i EU landene*

Den forskningsbaserede viden gør det i dag muligt for arbejdsgiverne at beskytte de ansatte, der er udsat for størst risiko. Rapporten fastslår imidlertid også, at der på EU-plan er behov for yderligere debat og standardisering på en række områder:

- Der findes endnu ikke standardkriterier for vurdering af belastningen af nakke, skuldre og arme, der gælder for hele EU.
- Der er behov for yderligere debat om risikovurderingen af besvær i nakke, skuldre og arme med henblik på at udarbejde en standardiseret metode.

### *Hvor fås rapporten?*

Rapporten findes på engelsk i fuldttekst på agenturets webside på adressen <http://agency.osha.eu.int/publications/reports/>.

Den trykte udgave af rapporten "Work-related neck and upper limb musculoskeletal disorders", Buckle, P., Devereux J., European Agency for Safety and Health at Work, 1999, ISBN 92-828-8174-1 – kan bestilles hos Kontoret for De Europæiske Fællesskabers Officielle Publikationer, EUR-OP i Luxembourg (<http://eur-op.eu.int/>), eller Publikationskontorets salgsrepræsentanter. Prisen er 7 euro (ekskl. moms).

### *EU-kampagne om forebyggelse af besvær i kroppens muskler og led*

"Læg ikke krop til hvad som helst" "Turn your Back on Work-Related Musculoskeletal Disorders" er temaet for Den europæiske arbejdsmiljøuge i oktober 2000. Agenturet har fremstillet informationsblade og andet informationsmateriale til støtte for arbejdsmiljøugen. <http://osha.eu.int/ew2000/> er den direkte datalink til oplysninger om den europæiske arbejdsmiljøuge.

