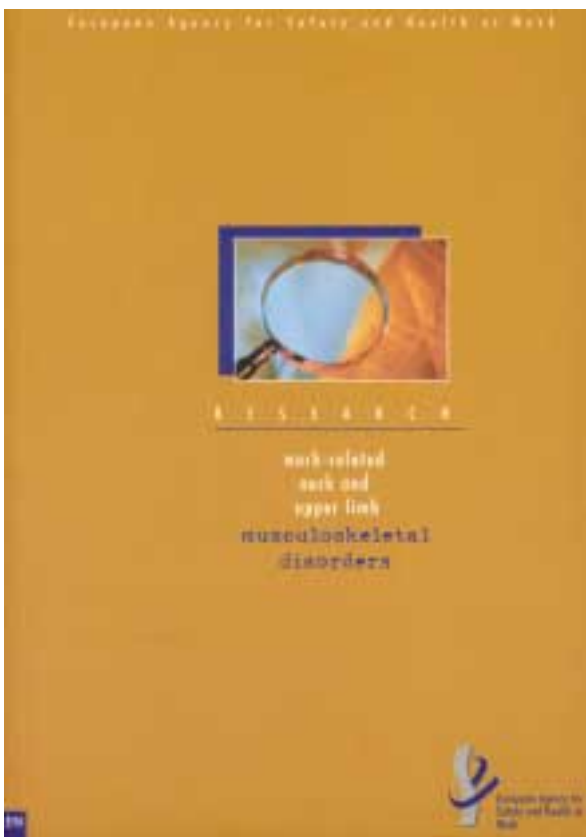




Μυοσκελετικές παθήσεις του αυχένα και των άνω άκρων που συνδέονται με την εργασία

Σύνοψη της έκθεσης του Οργανισμού

Οι Μυοσκελετικές Παθήσεις του Αυχένα και των άνω άκρων που συνδέονται με την Εργασία (ΜΣΠΑΑΑ) είναι από τις πιο συνηθισμένες ασθένειες που σχετίζονται με την εργασία και προσβάλλουν εκατομμύρια εργαζομένους σε όλους τους κλάδους απασχόλησης. Το παρόν ενημερωτικό δελτίο συνοψίζει τα κύρια πορίσματα της εκθέσεως του Οργανισμού με αντικείμενο την έκταση, τα αίτια, καθώς και τον τρόπο πρόληψης του προβλήματος.



Η έκθεση με θέμα τις μυοσκελετικές παθήσεις του αυχένα και των άνω άκρων που συνδέονται με την εργασία (ΜΣΠΑΑΑ) εκπονήθηκε και δημοσιεύθηκε από τον οργανισμό για την ασφάλεια και την υγεία στην εργασία. Η έκθεση εξετάζει τις υπάρχουσες επιστημονικές γνώσεις σχετικά με τα αίτια των ΜΣΠΑΑΑ, καθώς και στρατηγικές αντιμετώπισης του προβλήματος. Το περιεχόμενο ενέκρινε επιστημονική επιτροπή εμπειρογνομόνων. Στην επίτευξη του στόχου συνεισέφεραν οι αντιπρόσωποι των εργοδοτών και των εργαζομένων, καθώς και των επίσημων αρχών πολλών κρατών μελών της ΕΕ. Η έρευνα ξεκίνησε, κατόπιν παραγγελίας της Ευρωπαϊκής Επιτροπής και διεξήχθη από το πανεπιστήμιο του Surrey στο Ηνωμένο Βασίλειο.

Κύρια πορίσματα και συστάσεις

- Οι υπάρχουσες επιστημονικές γνώσεις παρέχουν επαρκείς πληροφορίες για την προστασία των εργαζομένων που είναι περισσότερο επιρρεπείς στις ΜΣΠΑΑΑ.
- Απαιτείται διαβούλευση για την εύρεση ενιαίων μεθόδων, οι οποίες θα χρησιμοποιηθούν από τα κράτη μέλη για την αντιμετώπιση των ΜΣΠΑΑΑ.
- Απαιτείται περαιτέρω έρευνα σε πολλούς τομείς.

Το μέγεθος του προβλήματος

Υπάρχουν αρκετά αποδεικτικά στοιχεία στην ΕΕ που φανερώνουν ότι οι ΜΣΠΑΑΑ συνιστούν σημαντικό πρόβλημα για την ΕΕ όσον αφορά την υγεία και το σχετικό κόστος. Το μέγεθος του προβλήματος προβλέπεται να αυξηθεί, καθώς οι εργαζόμενοι εκτίθενται όλο και περισσότερο σε παράγοντες κινδύνου που συντελούν στην ανάπτυξη των προαναφερομένων παθήσεων.

Σύμφωνα με τα διαθέσιμα στοιχεία για τις σκανδιναβικές χώρες και τις Κάτω Χώρες, υπολογίζεται ότι το κόστος των ΜΣΠΑΑΑ αντιστοιχεί σε ποσοστό μεταξύ 0,5% και 2% του Ακαθάριστου Εθνικού Προϊόντος.

Παρόλο που μελέτες έχουν καταδείξει ότι σημαντικό τμήμα των εργαζομένων σε όλα τα κράτη μέλη έχει προσβληθεί από τις ΜΣΠΑΑΑ, η συχνότητα των κρουσμάτων διαφέρει σημαντικά μεταξύ των κρατών. Η άμεση ανάλυση των δεδομένων, τα οποία συλλέχθηκαν και αναλύθηκαν με διάφορους τρόπους, δεν είναι εύκολη, ούτε η αξιοπιστία των δεδομένων αποδεδειγμένη. Επιπλέον, μελέτες που βασίστηκαν σε παρόμοια μέθοδο κατέδειξαν μεγάλες διαφορές. Οι λόγοι των διαφορών αυτών πρέπει να αποτελέσουν το αντικείμενο περαιτέρω έρευνας.

Ομάδες υψηλού κινδύνου

Οι ΜΣΠΑΑΑ εκδηλώνονται σε όλες τις μορφές και σε όλους τους κλάδους απασχόλησης. Ωστόσο ορισμένες ομάδες είναι ιδιαίτερα ευπρόσβλητες από τις παθήσεις:

Τομείς που αποτελούν εστίες κινδύνου και ομάδες υψηλού κινδύνου:

- γεωργία, δασοκομία και αλιεία
- βιομηχανία, εξορυκτική βιομηχανία
- χειριστές μηχανών
- τεχνίτες, ράφτες
- κατασκευές
- χονδρικό και λιανικό εμπόριο και επισκευές
- ξενοδοχειακές υπηρεσίες, εστίαση και τροφοδοσία
- γραμματείς, δακτυλογράφοι
- φορτωτές/εκφορτωτές

Έχει τεκμηριωθεί ότι οι γυναίκες είναι περισσότερο επιρρεπείς στις ΜΣΠΑΑΑ από τους άνδρες, κυρίως λόγω της φύσεως της εργασίας τους και όχι τόσο λόγω του φύλου ή άλλων προσωπικών παραγόντων. Η σημασία των διαφορών λόγω φύλου, καθώς και οι επιπτώσεις τους στο σχεδιασμό του συστήματος εργασίας, δεν αποτέλεσε αντικείμενο της έκθεσης και θα πρέπει να αναλυθεί περαιτέρω.



Βιολογική προέλευση των παθήσεων

Ο ισχυρισμός ότι οι ΜΣΠΑΑΑ έχουν βιολογική προέλευση κρίνεται βάσιμος. Επιστημονικές μελέτες στους τομείς της βιομηχανικής, των μαθηματικών μοντέλων και της άμεσης μέτρησης των σωματικών αλλαγών καταδεικνύουν με πειστική και συνεπή επιχειρηματολογία την ύπαρξη παθήσεων βιομηχανικής προέλευσης που προσβάλλουν τους μυς, τα νεύρα, τους τένοντες, καθώς και άλλους ιστούς του σώματος.

Η κατανόηση των βιολογικών μηχανισμών των ΜΣΠΑΑΑ συνδέεται με τη μορφή της πάθησης. Παραδείγματος χάριν, διαθέτουμε ευρείες γνώσεις σχετικά με το σύνδρομο του καρπιαίου σωλήνος, ενώ για άλλες ασθένειες απαιτείται περαιτέρω έρευνα. Ωστόσο, προτάθηκαν αληθοφανείς υποθέσεις σχετικά με τη βιολογική προέλευση ακόμα και εκείνων των παθήσεων, για τις οποίες η γνωστική βάση είναι περιορισμένη. Η έρευνα για το θέμα αυτό συνεχίζεται.

Σύνδεση ανάμεσα στην εργασία και τις ΜΣΠΑΑΑ

Οι επιστημονικές εκθέσεις κατέδειξαν την ύπαρξη σαφούς θετικού συσχετισμού μεταξύ ορισμένων παθήσεων και της εργασίας, ιδίως όταν οι εργαζόμενοι εκτίθενται σε κινδύνους.

Οι ακόλουθοι παράγοντες αυξάνουν τον κίνδυνο των ΜΣΠΑΑΑ:

- επίπονες στάσεις
- επαναλαμβανόμενες κινήσεις με έντονο ρυθμό
- χειρωνακτικές εργασίες που απαιτούν δύναμη
- δονήσεις στα χέρια και τους βραχίονες
- άμεση μηχανική πίεση σε ιστούς του σώματος
- ψυχρά περιβάλλοντα εργασίας
- τρόπος οργάνωσης της εργασίας
- πως οι εργαζόμενοι αντιλαμβάνονται την οργάνωση εργασίας (κοινωνικοψυχολογικοί παράγοντες εργασίας)

Η κατανόηση των αλληλεπιδράσεων μεταξύ των συντελεστών κινδύνου (η επίδραση των συνδυασμών κινδύνων στο συνολικό μέγεθος του κινδύνου προσβολής από ΜΣΠΑΑΑ) είναι δυσχερής. Αυτό συνεπάγεται τη δυσκολία ακριβούς εκτίμησης του επιπέδου κινδύνου προσβολής για διαφορετικούς βαθμούς έκθεσης σε κινδύνους στον χώρο εργασίας. Ωστόσο, είναι δυνατόν και πρέπει να προσδιορίζονται οι ομάδες υψηλού κινδύνου. Αυτό πρέπει να αποτελέσει προτεραιότητα κάθε προληπτικής στρατηγικής.

Η έρευνα κατέδειξε ότι η μείωση του βιο-μηχανικού φορτίου στο σώμα, το οποίο οφείλεται σε έκθεση σε παράγοντες κινδύνου στο χώρο εργασίας, συνεπάγεται μείωση της προσβολής από μυοσκελετικές παθήσεις του αυχένα και των άνω άκρων. Το προαναφερθέν πόρισμα αποδεικνύει περαιτέρω τη σχέση μεταξύ της εργασίας και των παθήσεων αυτών.

Δυνατότητες πρόληψης

Η τρέχουσα επιστημονική γνώση και γενικές συμβουλές που προβλέπονται σε κείμενες οδηγίες στον τομέα της ασφάλειας και της υγείας, καθώς και σε άλλους τομείς, ήδη συνιστούν τη βάση για την ανάπτυξη στρατηγικών πρόληψης των ΜΣΠΑΑΑ. Οι στρατηγικές αυτές περιλαμβάνουν:

- αξιολόγηση κινδύνου
- ιατρική παρακολούθηση
- ενημέρωση εργαζομένων

- κατάρτιση
- εργονομικά συστήματα εργασίας
- πρόληψη της κόπωσης

Οι εργονομικές παρεμβάσεις βασίζονται στην ανάλυση της συνολικής επίδρασης του χώρου εργασίας, του εξοπλισμού, των μεθόδων εργασίας, της οργάνωσης εργασίας κ.τλ. στον προσδιορισμό των προβλημάτων και στην επίλυσή τους. Κατάλληλες εργονομικές παρεμβάσεις που προορίζονται για την πρόληψη μίας, συγκεκριμένης πάθησης, συμβάλλουν στην πρόληψη και των λοιπών παθήσεων, και αυτό λόγω των κοινών βιολογικών διεργασιών που αφορούν ορισμένες παθήσεις.

Οι οργανώσεις που δρουν στους τομείς της προληπτικής εργονομίας και της υγείας στην εργασία πρέπει να συμβάλλουν στην προώθηση ανάλογων δραστηριοτήτων σε άλλους Οργανισμούς. Πρέπει επίσης να ενθαρρύνεται η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας των προγραμμάτων πρόληψης από τους προαναφερομένους ειδικευμένους Οργανισμούς.

Ανάγκη συναίνεσης στο πλαίσιο της ΕΕ

Οι υπάρχουσες επιστημονικές γνώσεις παρέχουν στους εργοδότες τις απαραίτητες πληροφορίες για την προστασία των εργαζομένων υψηλού κινδύνου. Ωστόσο η έκθεση καταδεικνύει την ανάγκη περαιτέρω διαβούλευσης και τυποποίησης στο επίπεδο της ΕΕ σε διάφορους τομείς:

- Παρατηρείται έλλειψη εναρμονισμένων κριτηρίων για την εκτίμηση των ΜΣΠΑΑΑ σε όλη την Ευρώπη.
- Απαιτείται περαιτέρω διαβούλευση όσον αφορά την αξιολόγηση του κινδύνου των ΜΣΠΑΑΑ, με σκοπό την ανάπτυξη ενιαίας προσέγγισης.

Πως να αποκτήσετε την έκθεση

Το πλήρες κείμενο της έκθεσης διατίθεται στην αγγλική γλώσσα στη διεύθυνση του Οργανισμού στο [INTEPNET](http://agency.osha.eu.int/publications/reports/) <http://agency.osha.eu.int/publications/reports/>.

Σε έντυπη μορφή: "Work-related neck and upper limb musculoskeletal disorders", Buckle, P., Devereux J., Ευρωπαϊκός οργανισμός για την ασφάλεια και την υγεία στην εργασία, 1999, ISBN 92-828-8174-1 - διατίθεται κατόπιν παραγγελίας από το Γραφείο Επισήμων Εκδόσεων των ΕΚ, με έδρα το Λουξεμβούργο (<http://eur-op.eu.int/>) ή από τους εγκεκριμένους αντιπροσώπους. Τιμή: 7 ευρώ (χωρίς ΦΠΑ).

Ενημερωτική εκστρατεία της ΕΕ με θέμα τις μυοσκελετικές παθήσεις.

"Αντιμετωπίστε τα μυοσκελετικά προβλήματα που σχετίζονται με την εργασία" είναι το θέμα της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας για την ασφάλεια και την υγεία στην εργασία που θα διεξαχθεί στα 15 κράτη μέλη της ΕΕ τον Οκτώβριο του έτους 2000. Στο πλαίσιο της προετοιμασίας της Εβδομάδας, ο Οργανισμός συνέταξε δελτία τεχνικών στοιχείων (fact sheet), καθώς και λοιπό ενημερωτικό υλικό. Στη διεύθυνση <http://osha.eu.int/ew2000/> προβλέπεται άμεση πρόσβαση στις πληροφορίες σχετικά με την Ευρωπαϊκή Εβδομάδα.