



TÖÖGA SEOTUD LUU- JA LIHASKONNA VAEVUSED EUROOPAS

Üleeuroopaline prioriteet

- Käsitsi teisaldamist ja korduvaid liigutusi nõudvad tööd sisaldavad riske, mis kõikjal Euroopas nõuavad suurt tähelepanu (3)(4)(5)(6).
- Seepärast on valitud 2000. aasta oktoobris kõikides liikmesriikides läbiviidava Euroopa tööohutuse ja töötervishoiu nädala teemaks "Pööra tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevustele selg".
- See on esmatähtis vaevuste ulatuse ja kulukuse tõttu Euroopas.
- See on esmatähtis, sest olemasolevate tööohutuse ja töötervishoiu alaste õigusaktide ja hea tava juhendite järgimisega saab probleemi enamasti vältida või vähendada (4).
- Kogu Euroopat kajastavates aruannetes ilmneb liikmesriikide tahe leida probleemile võimalikult kiiresti lahendus (3)(5).

Luu- ja lihaskonna vaevuste ulatus Euroopas

- Luu- ja lihaskonna vaevused hõlmavad väga mitmesuguseid terviseprobleeme. Kahte põhirühma kuuluvad seljavalud ja -vigastused ning ülejäämetega tööga seotud vaevused, mida nimetatakse ülekoormusvigastusteks. Need võivad haarata ka alajäsemeid.
- Põhjuste seas on raskuste tõstmine, halb kehaasend ja korduvad liigutused. Teatavat liiki vaevusi seostatakse teatavate tööde või kutsealadega.

- Igal aastal tekib miljonitel Euroopa töötajatel igat liiki töökohtadel ja tööhõivesektorites tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevusi. Euroopa uuringutes esitatakse olulisi tõendeid selle kohta, et luu- ja lihaskonna vaevused, näiteks selja-, kaela- ja ülajäsemevaevused, on oluline terviseprobleem ja kulude põhjustaja ning vaevuste hulk kasvab (3)(4)(7).
- Luu- ja lihaskonna vaevused on sagedane terviseprobleem, millest Euroopa töötajad teatavad: 30% kaebab seljavalusid; 17% käe- ja jalalihaste valusid; 45% töötab valulikus või väsitavas asendis; 33% on sunnitud teisaldama töö käigus raskusi (7). Tabelis 2 on esitatud mõned neist arvudest Euroopa Liidu riikide kaupa.
- Eespool nimetatud arv, 30% töötajaid, kellel esineb igal aastal seljavalusid, moodustab Euroopa töötajatest 44 miljonit (7).
- Terviseprobleemid ulatuvad ebamugavustundest ja kergetest valudest tõsisemate haigusseisunditeni, mis nõuavad töölt puudumist, ravi ja haiglaravi.
- Eriti kroonilistel juhtudel ei anna ravi ja paranemine rahuldavaid tulemusi. Seega võib lõpptulemuseks olla isegi püsiv puue koos töökoha kaotusega.

Luu- ja lihaskonna vaevuste riskide tunnetamine

Luu- ja lihaskonna vaevuste kindel seos tööga on selgesti tõendatud (4). Põhjused on leitud olevat seotud töökorraldusega (4) (7). Tähtsamad riskitegurid on esitatud tabelis 1.

Tabel 1. Luu- ja lihaskonna vaevuste riski suurendavad tegurid

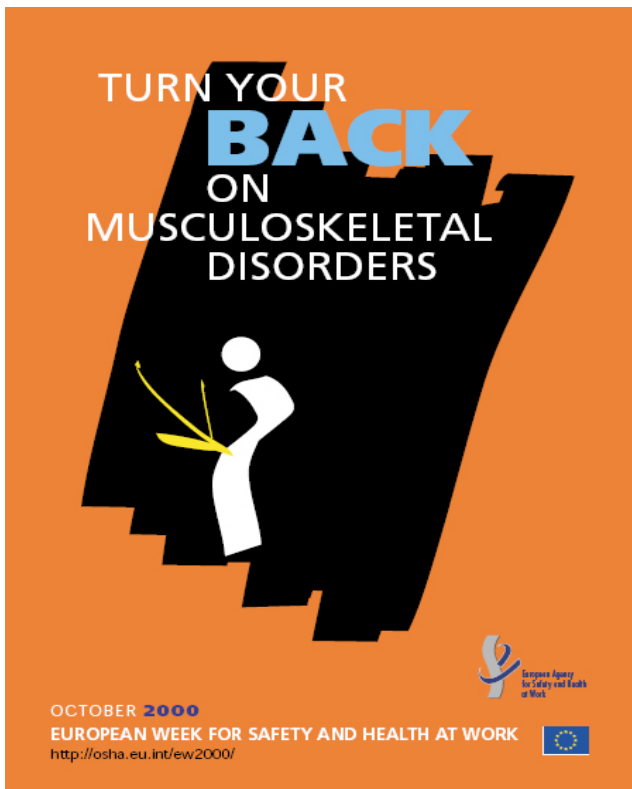
Töö füüsilised aspektid

Raskused
 Halb kehaasend
 Väga korduvad liigutused
 Käte pingutused
 Kehakudedele avalduv otsene mehaaniline surve
 Kehavibratsioon

Töökeskkond ja -korraldus

Töötempo
 Korduv töö
 Ajagraafik
 Maksesüsteemid
 Monotoonne töö
 Väsimus
 Külma töökeskkond
 Töötajate suhtumine töökorraldusse
 töö psühhosotsiaalsed tegurid

Neid riskitegureid esineb väga paljudel Euroopa töökohtadel. Näiteks 7% EL-i töötajatest märgib, et nad peavad tegema oma töös lühikesi korduvaid liigutusi; 57% peab tegema käelaba või käsivarre korduvaid liigutusi; 56% töötab rangete/lühikeste tähtaegadega; 54% teeb kiiret tööd; 42% ei saa vabalt otsustada, millal puhkepause teha; 31% ei saa oma töötempot valida (7).





Riskirühmad

- Kõigesuurem riskonni kvalifitseeritud kui kvalifitseerimata käsitsitöö tegijatel.
- Ülajäsemete vaevusi on rohkem naistel kui meestel (4)(7), suures osas nende töö laadi tõttu. Näiteks 35% EL-i naistöötajatest teeb pidevalt korduvat tööd, meestöötajatest aga 31% (7).
- Euroopa vanematel töötajatel esineb rohkem luu- ja lihaskonna vaevusi. Näiteks seljavalu esineb Euroopa Liidus keskmiselt 30%-l, 15–24-aastastest 25%-l, vanematest kui 55-aastastest 35%-l (7). Paljud vanemad töötajad on töötanud kauem luu- ja lihaskonna vaevuste riski tekitavates olukordades. Peale selle on töökohad tavaliselt kavandatud noortele ja tervetele meestöötajatele (7).
- Ebakindla töökohaga, näiteks tähtajalise või töövahendusfirma lepinguga töötajad teevad tunduvalt rohkem korduvat tööd ja töötavad valulikus/väsitavas asendis (7).

Majanduskulude vähendamine

- Tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevused põhjustavad töötajatele valu ja kannatusi nii tööl kui ka kodus.
- Kuigi selle kohta ei ole täpseid arve, hinnatakse liikmesriikides kõigitööga seotud tervisehäirete majanduskulude suurusks 2,6 kuni 3,8% rahvamajanduse kogutoodangust (8).
- Suure osa, võib-olla kuni 40-50% kuludest moodustavad luu- ja lihaskonna häired (7). Luu- ja lihaskonna vaevuste kuludeks on hinnatud 0,5% kuni 2% rahvamajanduse kogutoodangust (4).
- Igal aastal kaotatakse Euroopas tööga seotud vaevuste tõttu rohkem kui 600 miljonit tööpäeva (7).
- Euroopa ettevõtetel tekivad järgmised kulud: tootmata toodang; töötajate haigushüvitised ja kindlustuskulud; kogunud töötajate kaotamine ja uute töötajate värbamis- ja koolituskulud; ebamugavustunde või vaevuste mõju töötajate töö kvaliteedile.
- Tööga seotud vaevuste vältimine on majanduslikult kasulik.

Luu- ja lihaskonna häirete vältimine

Paljusid luu- ja lihaskonna häireid võib vältida ergonoomiliste lahendustega – muuta töökorraldust ja töökohti riskitegurite hindamise alusel (4). See põhimõte on juba lülitatud Euroopa praegustesse direktiividesse ja liikmesriikide õigusaktidesse (10). Saadaval on ka praktilised suunised ja ennetusvahendid. Vt lähemalt teabelehest “Luu- ja lihaskonna vaevuste vältimine”.

Lisateabe leidmine

Lähemat teavet Euroopa tööohutuse ja tervishoiu nädala ja luu- ja lihaskonna vaevuste vältimise kohta võib leida agentuuri veebilehelt <http://osha.eu.int>, kust saab tasuta alla laadida trükiste täieliku teksti. Euroopa nädala erilehele pääsemiseks kasutage linki <http://osha.eu.int/ew2000/>.

Bibliograafia/viited

1. “Keera tööga seotud luu- ja lihaskonna haigustele selg” – agentuuri Euroopa nädala 2000 teabeleht
2. Agentuuri teabeleht “Tööga seotud luu- ja lihaskonna häirete vältimine”
3. “The State of Occupational Health in the Member States of the EU” (“Töötervishoiualane olukord EL liikmesriikides”) – agentuuri aruanne, 2000
4. “Work-related neck and upper limb musculoskeletal disorders” (“Kaela ja ülajäsemete luu- ja lihaskonna tööga seotud häired”) – agentuuri aruanne, 2000
5. “Repetitive Strain Injuries” (“Ülekoormusvigastused”) – agentuuri aruanne, 2000
6. “Priorities and strategies in Occupational safety and health Policy in the Member States of the European Union” (“Euroopa Liidu liikmesriikide tööohutus- ja tervishoiupoliitika prioriteedid ja strateegiad”) – agentuuri aruanne, 1997
7. “Strain injuries” (“Ülekoormusvigastused”), P. Paoli, Euroopa Elu- ja Töötingimuste Parandamise Fond, juuni 1999
8. “Economic impact of occupational safety and health in the Member States of the European Union” (“Tööohutuse ja tervishoiu majanduslik mõju Euroopa Liidu liikmesriikides”) – agentuuri aruanne, 1998
9. Working conditions in the European Union (“Töötingimused Euroopa Liidus”) (1996. aasta uuringu kokkuvõte) – Euroopa Elu- ja Töötingimuste Parandamise Fond
10. Agentuuri veebilehel on link EL õigusaktide juurde ja liikmesriikide veebilehetele, kus võib leida siseriiklikke õigusakte ja suuniseid.

Tabel 2

	AU	B	DK	FIN	FR	GE	GR	IRL	IT	LU	PT	SP	SW	NL	UK	EU
TÖÖGA SEOTUD RISKID JA TERVISEPROBLEEMID*																
Seljavalu	31	21	30	33	29	34	44	13	32	32	39	35	31	17	23	30
Lihasalvad kätes ja jalgades	14	9	24	29	19	13	37	6	19	13	31	24	24	10	11	17
TÖÖGA SEOTUD TÖÖLT PUUDUMISED*																
Tööst tingitud tervislikel põhjustel töölt puudumiste % viimase 12 kuu jooksul	36	26	15	30	21	34	18	16	17	29	22	19	13	27	16	23

Allikad: * Second European Survey on Working Conditions (Euroopa teine töötingimuste uuring) (1996). Euroopa Elu- ja Töötingimuste Parandamise Fond.