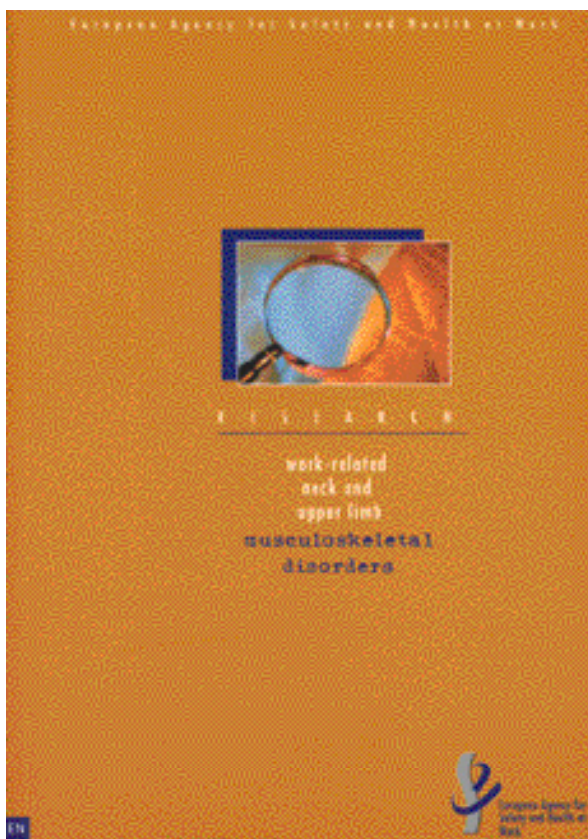




## Su darbu susiję kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimai

### Agentūros ataskaitos santrauka

Su darbu susiję kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimai yra vienas iš dažniausiai pasitaikančių su darbu susijusių sveikatos pakenkimų, kuriuos patiria milijonai Europos darbuotojų, dirbančių įvairiuose sektoriuose. Šiame informaciniame biuletenyje pateikiama pagrindinių Agentūros parengtos ataskaitos rezultatų santrauka, apibūdinanti problemos mastą, priežastis ir prevencijos būdus.



Naročnik poročila o kostno-mišičnih obolenjih vratu in zgornjih okončin je Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu, ki je le to tudi objavila. Poročilo povzema trenutna znanstvena dognanja o vzrokih za kostno-mišična obolenja vratu in zgornjih okončin in strategije ravnanja z njimi. Vsebinsko poročila je potrdil strokovni znanstveni svet. Pri njem so sodelovali tudi predstavniki delodajalcev in delavcev ter številni uradni organi držav članic. Pobudo za poročilo je podala Evropska komisija, izvedla pa ga je Univerza v Surrey-u iz Združenega kraljestva.

#### Pagrindinės išvados ir rekomendacijos:

- Dabartinės mokslinės žinios šiuo metu suteikia darbdaviams pakankamai informacijos apie darbuotojų, kurie gali patirti su darbu susijusių kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimų riziką, apsaugą;
- Reikalingos konsultacijos, norint išspręsti trūkstamų standartizuotų metodų, skirtų kovoti su darbu susijusiais kaklo

ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimais, stoką;

- Kelėtoje sričių reikalingi tolimesni tyrimai.

#### Problemos dydis

Yra pakankamai įrodymų Europos Sąjungoje (ES), kad su darbu susiję kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimai yra rimta darbuotojų sveikatos problema, siejama su darbo vietų kaštais. Problema linkusi didėti, nes vis daugiau darbuotojų darbo vietose susiduria su šių sveikatos pakenkimų rizika.

Turimi Šiaurės šalių ir Nyderlandų duomenys rodo, kad su darbu susijusių kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimų kaštai sudaro nuo 0,5 iki 2 proc. BVP.

Nors tyrimai rodo, kad su darbu susijusius kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimus patiria gana didelė visų ES valstybių narių darbuotojų dalis, atskirose valstybėse narėse šie skaičiai gana smarkiai skiriasi. Sunku tiesiogiai lyginti įvairiais būdais surinktus ir išanalizuotus duomenis, be to, nedaug žinoma apie informacijos patikimumą. Tačiau panašūs tyrimai atskleidė esminius skirtumus. Šių skirtumų priežastis reikia toliau analizuoti.

#### Riziką patiriančios grupės

Su darbu susiję kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimai sutinkami visuose sektoriuose. Tačiau išskirtinos šios darbuotojų grupės, patiriančios didžiausią riziką:

#### Konkrečios pramonės šakos, įskaitant:

- Žemės ūkį, miškininkystę ir žuvininkystę;
- Apdirbamąją pramonę, kalnakasybą,
- Mašinų operatorius;
- Amatininkus, siuvėjus;
- Statybos darbininkus,
- Didmeninės prekybos, mažmeninės prekybos ir remonto darbuotojus;
- Viešbučius, restoranus ir viešąjį maitinimą;
- Sekretores, mašininkes;
- Krovėjus.

Yra įrodymų, kad su darbu susiję kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimai dažnesni moterų nei vyrų tarpe dėl jų atliekamo darbo pobūdžio, dėl lyties arba asmeninių veiksmų. Lyčių skirtumų įtaka, jos poveikis darbo sistemos dizainui ataskaitoje nebuvo nagrinėjami, bet tai reikėtų ištirti detaliau.

#### Biologinės pakenkimų priežastys

Yra pakankamų įrodymų, kad su darbu susiję kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimai turi biologinį pagrindą. Moksliniai biomechanikos, matematinio modeliavimo ir tiesioginiai psichologiniai matavimai pateikia nuoseklių ir įtikinančių argumentų, kad biomechanškai sukelta pakenkimų patologija veikia raumenis, nervus, sausgysles ir kitus kūno audinius. Įvairių pakenkimų biologinių mechanizmų paaiškinimas labai skiriasi. Apie riešo kanalo sindromo atvejus sukauptos įspūdingos

žinios, o kitus pakenkimus dar reikia tirti. Tačiau ir tų pakenkimų, apie kuriuos turima mažiau žinių, atvejais pateikiamos įtinkamos biologinės jų kilmės hipotezės bei atliekami tyrimai.

## Su darbu susiję kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimai

Mokslinėse ataskaitose nustatytas tamprus ryšys tarp kai kurių su darbu susijusių kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimų ir atliekamo darbo, ypač tai atvejais, kai darbuotojai yra stipriai veikiami.

### Šie veiksniai darbe didina su darbu susijusių kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimų riziką:

- Bloga poza;
- Dažnai pasikartojantys judesiai;
- Priverstinės rankos padėties;
- Rankas veikianti vibracija;
- Tiesioginis mechaninis spaudimas kūno audiniams;
- Šalta darbo aplinka;
- Darbo organizavimas;
- Kaip darbuotojai supranta darbo organizavimą (psichosocialiniai darbo veiksniai).

Rizikos veiksnių tarpusavio sąveika (poveikio derinys bendram pakenkimo rizikos lygiui) yra labiau ribota. Tai reiškia, kad sunku tiksliai įvertinti pakenkimo rizikos lygį, esant įvairiems poveikiams darbo vietoje. Nepaisant to, darbuotojai dirbantys didelio poveikio grupėse, gali ir turi būti identifikuojami. Tai turi būti visų prevencijos strategijų prioritetas.

Tyrimai rodo, kad mažinant biomechaninius krūvius kūnui dėl rizikos veiksnių poveikio darbo vietoje mažėja kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimų. Tai suteikia tolimesnių ryšio tarp atliekamo darbo ir šių pakenkimų įrodymų.

## Prevencijos apimtis

Dabartinės mokslinės žinios ir bendrieji patarimai, esantys Europos saugos ir sveikatos direktyvose bei kitur jau numato kai kurias su darbu susijusių kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimų prevencijos strategijas. Jos apima:

- Rizikos vertinimą;
- Sveikatos priežiūrą;
- Darbuotojų informavimą;
- Mokymą;
- Ergonomines darbo sistemas;

- Įtampos prevenciją.

Ergonominės intervencijos apima visos darbo vietos, įrangos, darbo metodų ir darbo organizavimo poveikį problemų identifikavimui ir sprendimų suradimui. Tinkama ergonominė intervencija, nukreipta į kurį nors konkretų pakenkimą gali atlikti kitų pakenkimų prevenciją. Taip yra dėl kai kurių bendrųjų biologinių procesų, susijusių su pakenkimais.

Organizacijos, dalyvaujančios prevencinės ergonomikos ir profesinės sveikatos programose turi skatinti veikti kitas organizacijas. Jos taip pat turi būti skatinamos vertinti šių programų efektyvumą.

## ES konsensuso poreikis

Dabartinės mokslinės žinios suteikia darbdaviams informacijos, kaip apsaugoti didesnę riziką patiriančius darbuotojus. Tačiau ataskaitoje siūloma rengti konsultacijas ir vykdyti standartizaciją šiose srityse:

- Dar nėra standartizuotų kriterijų su darbu susijusių kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimų vertinimui ES mastu.
- Reikia tolimesnių konsultacijų dėl su darbu susijusių kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimų rizikos vertinimo, siekiant parengti standartizuotą požiūrį.

## Kur gauti ataskaitą

Pilną ataskaitos tekstą anglų kalba galima rasti Agentūros tinklalapyje adresu <http://agency/osha/eu.int/publications/reports/>.

Spausdintą ataskaitą – „Su darbu susiję kaklo ir viršutinių galūnių jungiamojo audinio ir raumenų sistemos pakenkimai“, Buckle, P., Devereux J., Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra, 1999, ISBN 92-828-8174-1- galima užsisakyti EK leidinių biure EUR-OP Liuksemburge (<http://eur-op.eu.int/>), arba pas jo prekybos agentus. Kaina – 7 eurai (be PVM).

## ES informacijos kampanija

„Atgręžk nugarą jungiamojo audinio ir skeleto raumenų sistemos ligoms“ yra Europos saugos ir sveikatos darbe savaitės, vykdomos 15 ES valstybių narių 2000 m. spalio mėn., tema. Agentūra šiai savaitei parengė informacinius biuletenius ir kitus informacinius produktus. <http://osha.eu.int/ew/2000> yra tiesioginė nuoroda į Europos savaitės informaciją.