

Z DELOM POVEZANA KOSTNO-MIŠIČNA OBOLENJA V EVROPI

Evropske prednostne naloge

- Tveganja, ki jih je po vsej Evropi potrebno prednostno obravnavati, so ročno premeščanje bremen in ponavljajoči se gibi (3)(4)(5)(6).
- Zaradi tega je bila za Evropski teden zdravja in varnosti pri delu, ki bo oktobra 2000 potekal v vseh državah članicah, izbrana tema "Obrni hrbet z delom povezanimi kostno-mišičnim obolenjem".
- To je prednostna naloga zaradi razširjenosti teh obolenj v Evropi in stroškov, ki jih povzročajo.
- Prednostna naloga je tudi zaradi tega, ker je veliko obolenj moč preprečiti oziroma zmanjšati z upoštevanjem obstoječih zakonov za varnost in zdravje pri delu in smernic dobre prakse.
- Poročila iz vse Evrope opozarjajo na nujnost reševanja tega problema (3)(5).

Razširjenost kostno-mišičnih obolenj in boleznih v Evropi

- Pod kostno-mišična obolenja uvrščamo širok spekter zdravstvenih problemov. V dve glavni skupini uvrščamo bolečine v hrbtenici in poškodbe ter deformacije zaradi ponavljajočih se gibov, vključujoč motnje zgornjih okončin povezanih z delom. Lahko so prizadete tudi spodnje okončine
- Med vzroke štejemo dvigovanje bremen, slabo držo in ponavljajoče se gibe. Nekateri tipi obolenj so povezani z določenimi nalogami in poklici.

- Vsako leto milijone evropskih delavcev iz različnih poklicev in iz raznovrstnih delovnih sektorjev prizadanejo kostno-mišična obolenja, povezana z delom. Evropske študije nudijo prepričljive dokaze, da so kostno-mišična obolenja hrbtenice, vratu in zgornjih okončin velikokrat vzrok boleznih in stroškov ter da oboji še vedno naraščajo (3)(4)(7).
- V poročilih so kostno-mišična obolenja najbolj splošno navedeni zdravstveni problem evropskih delavcev: 30% se jih pritožuje nad bolečinami v hrbtenici; 17% nad bolečinami v mišicah rok in nog; 45% navaja delo v bolečem ali utrujajočem položaju; skoraj vsi pa morajo na delovnem mestu premeščati težka bremena (7). Razčlenitev nekaterih poročil je podana po državah EU v Tabeli 2.
- Več kot 30% jih trdi, da trpijo zaradi bolečin v hrbtenici, kar znaša skupaj 44 milijonov evropskih delavcev (7).
- Zdravstveni problemi segajo od nelagodja in manjših bolečin do resnejših zdravstvenih stanj zaradi katerih je potrebna odsotnost z dela, ter ambulantno zdravljenje in hospitalizacija.
- Zdravljenje in okrevanje sta velikokrat nezadovoljiva, še posebej v kroničnih primerih. Končni rezultat je lahko tudi trajna invalidnost in izguba službe.

Prepoznavanje tveganj za kostno-mišična obolenja

Obstajajo jasni dokazi, da so kostno-mišična obolenja močno povezana z delom (4). Ugotovljeno je, da so vzroki povezani z načrtovanjem delovnih postopkov (4) (7). Glavni dejavniki tveganja so navedeni v Tabeli 1.

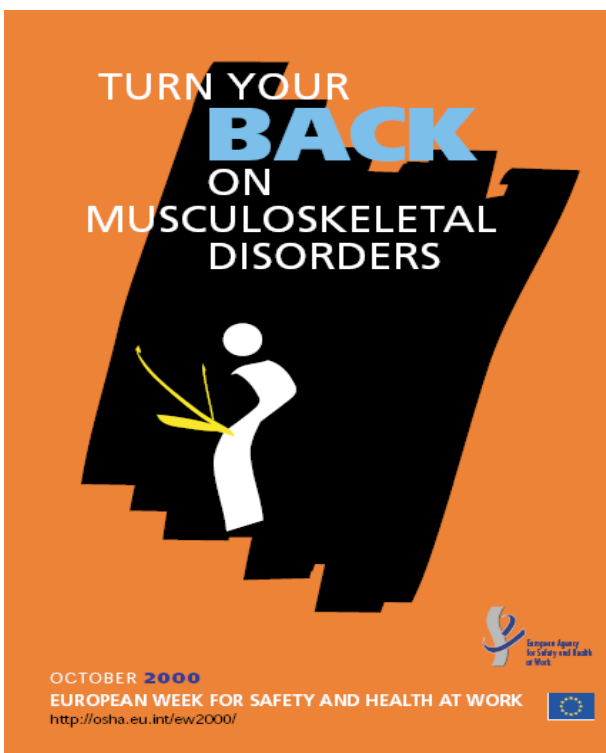
Tabela 1. Dejavniki, ki povečajo tveganje za kostno-mišična obolenja

Fizični vidiki dela

Bremena
Slaba drža
Zelo pogosto ponavljajoči se gibi
stalna uporaba rok
Neposreden mehanični pritisk na telo
Vibracije telesa

Delovno okolje in organizacija dela

Hitrost dela
Ponavljajoče se delo
časovni vzorci
Plačilni sistem
Monotono delo
Utrujenost
Mrzlo delovno okolje
Kako delavci dojemajo svojo delovno organizacijo
Psihosocialni delovni faktorji



Navedene dejavnike tveganja lahko srečamo na številnih delovnih mestih v Evropi. Na primer: 7% delavcev v EU pravi, da njihovo delo vsebuje kratke in ponavljajoče naloge; 57% jih pravi da uporabljajo ponavljajoče gibe rok in dlani; 56% ima točno določene časovne roke; 54% mora delati zelo hitro; 42% nimajo



možnosti pri izbiri odmora; 31% nima izbire kar se tiče hitrosti dela (7)

Ogrožene skupine

- Kvalificirani in nekvalificirani fizični delavci spadajo med najbolj ogrožene skupine.
- Bolezni zgornjih okončin prizadenejo v večji meri ženske kot moške (4)(7), predvsem zaradi vrste dela, ki ga opravljajo. V EU na primer, 35% delavk opravlja stalno ponavljajoče se delo, v primerjavi z 31% delavcev (7).
- Pri starejših delavcih v Evropi poročajo o številnejših problemih s kostno-mišičnimi obolenji. Na primer: EU povprečje za bolečine v hrbetnici je 30%, za starost od 15-24 let je 25%, nad 55 leti pa 35% (7). Veliko starejših delavcev ponavadi dela več časa v tveganih situacijah, ki povzročajo kostno-mišična obolenja. Delovna mesta so ponavadi načrtovana za mlade in zdrave delavce (7).
- Delavci v nestabilnih službah, torej zaposleni za določen čas ali zaposleni po pogodbi preko agencij za posredovanje dela, so veliko bolj izpostavljeni ponavljajočemu se delu in delu v bolečih/utrujajočih položajih (7).

Zmanjševanje ekonomskih stroškov

- Kostno-mišična obolenja, povezana z delom, povzročajo bolečine in trpljenje tako na delovnem mestu kot tudi doma.
- Kljub temu, da natančnih števil ni, se ocene držav članic glede stroškov zaradi z delom povezanih bolezni gibljejo od 2.6 do 3.8% bruto nacionalnega proizvoda (BNP) (8).
- Velik del – po vsej verjetnosti 40-50% - teh stroškov je pripisanih kostno-mišičnim obolenjem (7). Razpoložljiva ocena stroškov za kostno-mišična obolenja je med 0.5% in 2% bruto nacionalnega proizvoda (4).
- V Evropi je vsako leto zaradi bolezni, povezanih z delom, izgubljenih več kot 600 milijonov delovnih dni (7).
- Stroški za evropsko gospodarstvo vključujejo: izgube v proizvodnji; bolezni delavcev, odškodnine in stroške zavarovanja; izgubo izurjenih delavcev in stroške pridobivanja ter uvajanja novih delavcev; vpliv slabega počutja in bolezni na kakovost delavčevega dela.
- Preventiva obolenj povezanih z delom je dober posel.

Preprečevanje kostno-mišičnih obolenj

Veliko kostno-mišičnih obolenj je moč preprečiti z uporabo ergonomskih sprememb delovnih postopkov in delovnih prostorov, ki temeljijo na ovrednotenju dejavnikov tveganja (4). To načelo je poudarjeno v obstoječih evropskih direktivah in v zakonodaji držav članic (10). Na voljo so tudi praktične smernice in preventivni ukrepi. Glejte informativni bilten "Preprečevanje kostno-mišičnih obolenj" (Preventing Musculoskeletal Disorders).

Dodatne informacije

Dodatne informacije o Evropskem tednu za zdravje in varnost pri delu in o preprečevanju kostno-mišičnih obolenj lahko najdete na spletni strani Agencije, <http://osha.eu.int>, s katere lahko brezplačno prenesete celotno besedilo publikacij. Povezava <http://osha.eu.int/ew2000/> pa vas popelje na poseben prispevek o Evropskem tednu.

Bibliografija/referenčno gradivo

1. "Turn your back on work related musculo skeletal disorders"- informacijski letak Agencije o Evropskem tednu 2000
2. Informativni bilten "Preventing work related musculoskeletal disorders"
3. "The State of Occupational Health in the member States of the EU"- poročilo Agencije, 2000
4. "Work-related neck and upper limb musculoskeletal disorders"- poročilo Agencije in informativni bilten "WRULD: povzetek poročila Agencije", 2000
5. "Repetitive Strain Injuries"- poročilo Agencije, 2000
6. "Priorities and strategies in Occupational safety and health Policy in the Member States of the European Union"- poročilo Agencije, 1997
7. P.Paoli, podatki iz evropske raziskave o delovnih razmerah - Evropska fundacija za izboljšanje življenjskih in delovnih razmer, neobjavljen članek, junij 1999
8. "Economic impact of occupational safety and health in the Member States of the European Union"- poročilo Agencije, 1998
9. Working conditions in the European Union (povzetek raziskave 1996)- Evropska agencija za izboljšanje življenjskih in delovnih razmer
10. Spletna stran Agencije nudi povezavo z zakonodajo EU in s spletnimi stranmi držav članic, kjer je najti nacionalno zakonodajo in smernice.

Tabel 2

	AU	B	DK	FIN	FR	GE	GR	IRL	IT	LU	PT	SP	SW	NL	UK	EU
TVEGANJA IN ZDRAVSTVENE TEŽAVE POVEZANE Z DELOM																
Bolečine v hrbetnici	31	21	30	33	29	34	44	13	32	32	39	35	31	17	23	30
Bolečine v mišicah rok in nog	14	9	24	29	19	13	37	6	19	13	31	24	24	10	11	17
ODSOTNOST POVEZANA Z DELOM																
% odsotnost z dela zaradi bolezni povezane z delom v zadnjih 12 mesecih	36	26	15	30	21	34	18	16	17	29	22	19	13	27	16	23

- Vir: Druga evropska raziskava o delovnih razmerah (1996). Evropska fundacija za izboljšanje življenjskih in delovnih razmer.