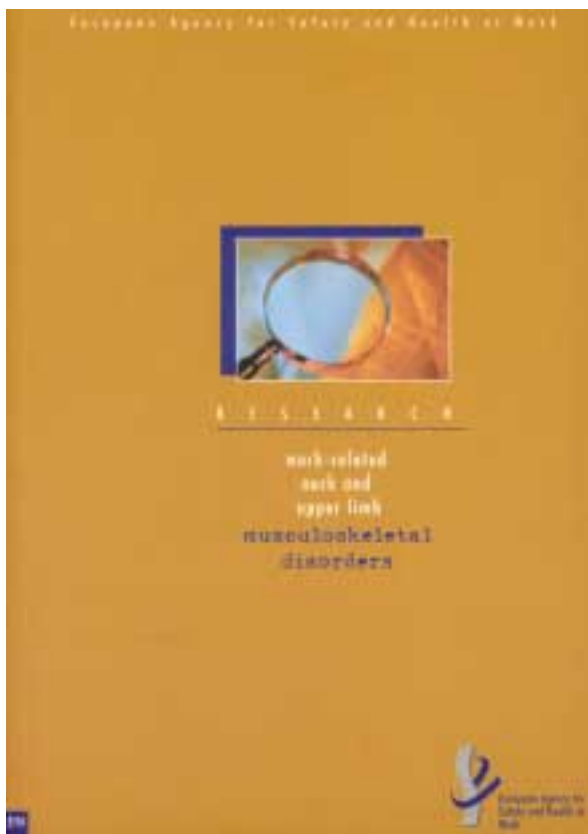




Arbetsrelaterade belastningsskador i nacke, skuldror, armar och händer Sammanfattning av arbetsmiljöbyråns rapport

Arbetsrelaterade belastningsskador i nacke, skuldror, armar och händer är en av de vanligaste arbetsrelaterade skadorna, som drabbar miljoner europeiska arbetare inom alla sysselsättningssektorer. Detta faktablad tar upp de viktigaste rönerna i en arbetsmiljöbyrås rapport om problemets utbredning, dess orsaker och hur dessa skador skall kunna förebyggas.



Rapporten om arbetsrelaterade belastningsskador i nacke, skuldror, armar och händer beställdes och offentliggjordes av Europeiska arbetsmiljöbyråns. I rapporten redovisas aktuell forskning om orsakerna till dessa skador och strategier för hur de skall hanteras. Innehållet har granskats av en vetenskaplig expertpanel. Representanter för såväl arbetsgivare och arbetstagare som ett antal officiella myndigheter har också givit sina åsikter. Arbetet inleddes på begäran av Europeiska kommissionen och utfördes av University of Surrey i Storbritannien.

Viktiga slutsatser och rekommendationer

- Aktuell forskning ger arbetsgivarna redan tillräcklig information om att de skall skydda de arbetstagare, som är utsatta för störst risk för belastningsskador i nacke, skuldror, armar och händer.
- Samråd krävs för att avhjälpa bristen på standardiserade metoder för hantering av dessa problem i medlemsstaterna.
- Ytterligare forskning krävs på ett antal områden.

Problemets storlek

Det finns starka bevis för att belastningsskador i nacke, skuldror, armar och händer är ett stort hälso- och kostnadsproblem på arbetsplatserna inom Europeiska unionen (EU). Problemen kommer troligen att öka på grund av att arbetstagare på sin arbetsplats alltmer utsätts för faktorer som ökar risken för dessa skador.

Uppgifter från de nordiska länderna och Nederländerna tyder på att kostnaden för dessa skador ligger på 0,5–2 % av bruttonationalprodukten.

Det finns undersökningar som visar att belastningsskador i nacke, skuldror, armar och händer drabbar en stor del av arbetstagarna i samtliga medlemsstater, men det rapporterade antalet fall varierar mycket mellan olika medlemsstater. Det är svårt att göra en direkt jämförelse mellan uppgifter som samlats in och analyserats på olika sätt och det är osäkert hur tillförlitlig informationen är. Undersökningar som lagts upp på likartat sätt har visat stora skillnader. Skälen till dessa olikheter måste utredas vidare.

Riskgrupper

Arbetsrelaterade belastningsskador i nacke, skuldror, armar och händer uppträder i alla slags arbeten och inom alla sektorer. Det verkar emellertid som om riskerna är större i vissa grupper.

Särskilda högriskbranscher och –grupper

- Jordbruk, skogsbruk och fiske
- Tillverknings- och gruvindustrin
- Byggnadsverksamhet
- Parti-, detaljhandel och reparationer
- Hotell, restauranger och catering
- Maskinoperatörer
- Hantverkare, skräddare
- Sekreterare, datainmatare
- Lastare/avlastare

Det faktum att arbetsrelaterade skador i nacke, skuldror, armar och händer oftare drabbar kvinnor än män tycks till stor del bero på den typ av arbete de utför och inte på kön eller personliga faktorer. Könsskillnadernas betydelse och deras konsekvenser för utformningen av olika arbetssystem låg utanför rapportens ram, men bör undersökas ytterligare.

Skadornas biologiska ursprung

Det finns starka argument för att arbetsrelaterade belastningsskador i nacke, skuldror, armar och händer har biologiska orsaker. Vetenskapliga biomekaniska studier, matematiska modeller och direkta mätningar av fysiologiska förändringar visar entydigt att skador som drabbar muskler, nerver och leder har biomekanisk grund.

Graden av kunskap om de biologiska mekanismerna bakom skadorna, skiljer sig kraftigt mellan olika typer av skador. När det gäller karpaltunnelsyndrom är kunskaperna imponerande, medan det krävs mera forskning för andra skadetyper. Men även när det gäller de skador där kunskapsbasen är smalare finns det plausibla hypoteser för ett biologiskt ursprung och forskning pågår.



I hur hög grad är skadorna arbetsrelaterade?

De vetenskapliga rapporterna slår fast att det finns ett starkt samband mellan vissa av dessa muskuloskeletala skador och arbete, i synnerhet i fall då arbetstagarna varit utsatta för höga risker.

Följande faktorer i arbetet ökar risken för belastningsskador i nacke, skuldror, armar och händer:

- Felaktiga arbetsställningar
- Mycket enformiga rörelser
- Användning av händerna med stor kraft
- Vibrationer i händer och armar
- Direkt mekaniskt tryck på kroppsvävnader
- Kalla arbetsmiljöer
- Hur arbetet är organiserat
- Psykosociala faktorer

Kunskaperna om hur olika riskfaktorer samverkar (den effekt som kombinationer av exponering har på den samlade risken för skada) är mera begränsad. Detta innebär att det är svårt att exakt uppskatta skaderisken vid olika exponeringar för riskfaktorer på arbetsplatsen. Icke desto mindre kan och skall arbetstagare i högriskgrupper identifieras. Detta bör prioriteras i alla förebyggande strategier.

Forskningen visar att prevalensen av belastningsskador i nacke, skuldror, armar och händer minskas om man minskar den arbetsbetingade biomekaniska belastningen på kroppen. Detta är ytterligare bevis för ett samband mellan arbete och dessa skador.

Förebyggande verksamhet

Aktuell forskning och de allmänna råd som finns bl.a. i europeiska arbetsmiljödirektiv anger strategier för hur dessa skador kan förebyggas. Strategierna omfattar bl.a. följande:

- Riskbedömning
- Hälsokontroll
- Information till arbetstagare
- Utbildning och träning
- Ergonomiska arbetssystem
- Förebyggande av trötthet

Ergonomiska insatser omfattar studium av hela arbetsplatsen, utrustning, arbetsmetoder och arbetsorganisation etc. för att upptäcka problem och finna lösningar. Lämplig ergonomisk lösning för en enskild skadetyper kan troligen hjälpa till att förebygga andra skadetyper. Detta beror på att den biologiska processen är gemensam för vissa av skadorna.

De företag/organisationer som redan tillämpar förebyggande ergonomiska program och arbetsmiljöprogram bör arbeta för att liknande initiativ tas i andra organisationer. De bör också uppmuntras att utvärdera de förebyggande programmens effektivitet.

Behov av samsyn inom EU

Aktuell forskning ger redan arbetsgivarna information för att skydda arbetstagare som är utsatta för störst risker. Men rapporten visar också att det finns ett behov av ytterligare samråd och standardisering på EU-nivå på ett antal områden.

- Standardiserade kriterier för utvärdering av arbetsrelaterade belastningsskador i nacke, skuldror, armar och händer finns ännu inte.

- Ytterligare samråd behövs om metoder för riskbedömning av dessa skador i syfte att utveckla ett standardiserat sätt att hantera dem.

Hur skaffar du rapporten?

Rapporten finns i sin helhet på arbetsmiljöbyråns webbplats: <http://agency.osha.eu.int/publications/reports/>.

Den tryckta rapporten "Work-related neck and upper limb musculoskeletal disorders", Buckle, P., Devereux J., Europeiska arbetsmiljöbyrån kan beställas från Byrån för Europeiska arbetsmiljöbyråns officiella publikationer EUR-OP i Luxemburg (<http://eur-op.eu.int/>), eller från de lokala försäljningsställen. Priset är 7 euro (exklusive moms).

EU-informationskampanj om belastningsskador

Säg adjö till belastningsskadorna! är temat för den Europeiska arbetsmiljöveckan som äger rum i Europeiska unionens femton medlemsstater i oktober 2000. <http://osha.eu.int> HYPERLINK <http://osha.eu.int> <http://osha.eu.int/ew2000/> är den direkta länken till information om denna Europavecka.

SÄG ADJÖ TILL
BELASTNINGSSKADORNA!

OKTOBER 2000
EUROPEISKA ARBETSMILJÖVECKAN
<http://osha.eu.int/ew2000/>