

– Didelis fizinis krūvis

Kėlimas rankomis, žmonių ar sunkių krovinių perkėlimas

Kartotiniai plaštakos ar rankos judesiai

Varginančios arba skausmingos pozos

– Reiklūs klientai

Laiko stoka

Prasta komunikacija ar bendradarbiavimas

Ilgas arba neregularus darbo laikas

– Atskiri veiksniai

Senėjanti darbo jėga

(2), (3)

Sveikatos priežiūra Socialinė rūpyba

10 proc. viso ES užimtumo. Daugiau nei trys ketvirtadaliai darbuotojų – moterys. Maždaug trys iš keturių ES 27 sveikatos priežiūros sektoriaus įstaigų atlieka reguliarius rizikos vertinimus!

(2)

Statistika:

47 proc. darbuotojų per pastaruosius 12 mėnesių patyrė nugaros skausmą. (19 sektorių vidurkis – 43,7)

46 proc. darbuotojų per pastaruosius 12 mėnesių patyrė viršutinės galūnės skausmą. (19 sektorių vidurkis – 41,9)

Šaltinis – EWCS, 2015 (1)

Prevencinės priemonės:

Pagalbiniai įrenginiai
Tvirta organizacinės saugos kultūra, mokymosi ir įgūdžių derinys

Laipsniškas naujų iniciatyvų įgyvendinimas
Fizinė veikla (2), (3)

Profesinės ligos: Nustatyti raumenų ir kaulų sistemos sutrikimai: profesinės ligos valstybėse narėse labai skiriasi
Didesnė moterų ir vyresnių darbuotojų dalis

Nelaimingi atsitikimai:
Išnarinimas / sausgyslių patempimas / pasitempimas (1), (3)



Didelis fizinis darbo krūvis:

Darbo pobūdžio nulemtos sąlygos:

- darbas pasilenkus arba pasisukus (pvz., plaunant galvą kriauklėje)
- kartotinės užduotys
- statiškos pozos
- ilgas stovėjimas vykdant su klientų aptarnavimu susijusią veiklą (1)
- daug laiko praleidžiama iškėlus rankas (2, 3)
- darbas esant netinkamai temperatūrai (4)
- cheminių medžiagų naudojimas (4)

Moterų ir vyrų kirpyklos

Kirpyklų sektoriuje Europoje dirba daugiau nei milijonas žmonių. Vyrauja mažos įmonės, kuriose paprastai dirba mažiau nei trys darbuotojai, ir nepriklausomos įmonės.

(6, 7)

Prevencija:

Į profesiją orientuoti medicininės rehabilitacijos kursai
Darbo vietų pertvarkymas
Darbo metodų pakeitimai
Fiziniai pratimai

Per pastaruosius 12 mėnesių daugiausia raumenų ir kaulų sistemos sutrikimų buvo susiję su apatine nugaros dalimi (13–76 proc.), kaklu (9–58 proc.), pečiais (range 28–60 proc.) ir plaštakomis / riešais (11–53 proc.) (5)

Profesinės ligos: Nustatytas riešo kanalo sindromas (pvz., Prancūzijoje ir Turkijoje)

Su darbu susijusios ligos: kartotiniai riešo ir alkūnės sužalojimai ir kaklo ar pečių ligos; rankų egzema ir kvėpavimo sutrikimai.

maisto ir gėrimų pramonėje daugumą raumenų ir kaulų sistemos traumų lemia tik penkios priežastys:

- talpyklų (pvz., dėžučių, dėžių ir maišų) pakrovimas / iškrovimas;
- lentynų su ratais (pvz., krosnių padėklų ir vežimėlių su paruoštais gaminiais) stūmimas;
- pjaustymas, iškaulinėjimas, kapojimas, surišimas ir vidaus organų šalinimas (pvz., mėsos ir paukštienos);
- produktų (pvz., sūrio, konditerijos gaminių ir sausainių) pakavimas; ■ gėrimų talpyklų (pvz., statinių, latakinių ir dėžių) tvarkymas. (1)

Maisto perdirbimo sektorių

kuria įmonės, užsiimančios gyvūninių ir augalinių produktų perdirbimu; tai apima labai įvairią veiklą – nuo mėsos, saldumynų, užkandžių, alkoholinių gėrimų gamybos, pieno pramonės įmonių ir kepyklų iki uogienių, sulčių ar šaldytų maisto produktų gamybos.

tyrimai atskleidė, kad trijų ketvirtadalių sužalojimų maisto ir gėrimų pramonėje galima išvengti. (1) Raumenų ir kaulų sistemos sutrikimų prevencijos esmė – užtikrinti tinkamą profesinės rizikos vertinimo kokybę. Paprastai daugiausia dėmesio skiriama fiziniams (biomechaniniams) rizikos veiksniams, tačiau vykdant raumenų ir kaulų sistemos sutrikimų prevenciją reikia atsižvelgti ir į organizacinius bei psichosocialinius veiksnius.

Gamybos procesas neatsiejamas nuo krovimo rankomis. Nustatyta keletas rizikos veiksnių, įskaitant: kartotinį pasilenkimą pakavimo operacijos metu ir dideles, nepatogias, sunkias dalis, nešamas dideliais atstumais. (2) Nugaros sužalojimai maisto ir gėrimų gamyboje sudaro apie trečdalį profesinės sveikatos sutrikimų atvejų. Be to, darbuotojai, atliekantys lengvesnes kartotines užduotis, pvz., gamybos linijose, gali patirti lėtinių (nuolatinių) sužalojimų, kaip antai su darbu susijusių viršutinių galūnių sutrikimų, kurie sudaro beveik ketvirtadalį profesinės sveikatos sutrikimų. (1)

Maisto ir gėrimų pramonėje apie trečdalį užregistruotų sužalojimų sudaro ūmūs sužalojimai, patiriami dėl tvarkymo ir kėlimo – daugiau nei pusė šių sužalojimų susiję su sunkių daiktų kilnojimu. (1)

Rankinis prekių tvarkymas.

Darbas pasilenkus / pasisukus:

- prekių ir pakuočių tvarkymas
- pakrovimas ir iškrovimas
- pernešimas tarp transporto priemonių ir gavėjų ir gražinimas
- perkėlimas nuo konvejerio juostos į dėžę su ratukais / ant padėklo / į dėžę / bloką arba laisvas dėjimas į krovinių laikiklį

Darba iškėlus arba nulenkus rankas:

- darbas su rankiniu skaitytuvu

Sunkvežimio vairavimas:
nenatūrali kaklo padėtis

Statistika:

46 proc. transporto ir sandėliavimo sektoriaus darbuotojų per pastaruosius 12 mėnesių patyrė nugaros skausmus. (19 sektorių vidurkis – 43,7)

Šaltinis – EWCS, 2015 (1)

Transporto ir pasiuntinių (kurjerių) veikla

8,1 proc. visų ES dirbančių asmenų ir 5,2 proc. visų ES įmonių (2017 m.)

Besiplečiantis sektorius!

Šaltinis – Eurostatas (2)

Prevencinės priemonės:

Pagalbiniai įrenginiai
Žinios apie:

- tinkamas darbo pozas
- pagalbinių priemonių naudojimą
- ergonominio krūvio rizika
- perkrovos požymiai

Apsunkinantys psichosocialiniai veiksniai – darbo užtikrintumas

Profesinės ligos: Nustatyti raumenų ir kaulų sistemos sutrikimai: profesinės ligos valstybėse narėse labai skiriasi

Nelaimingų atsitikimų pavyzdžiai: prarasta transporto priemonių ar rankinių įrankių, kėlimo, nešimo kontrolė, nekoordinuoti judesiai

(1)

Didelis fizinis darbo krūvis:

(3)

Sunkus kėlimas (kėlimas / nešimas)
Nepatogios darbo pozos
Stovimas darbas
Kartotinis darbas
Uždaros erdvės
Darbas ant kopėčių – atsiklaupus
Vibracija (juntama visame kūne ir rankose)
Daug komandiruočių
darbuotojų – fiktyvi savarankiška
veikla – prekyba žmonėmis
Prasta komunikacija
Ilgas arba nereguliarus darbo
laikas
Žemesnis išsilavinimas

Statyba

Vienas didžiausių ekonomikos sektorių visame pasaulyje: ES 27 dirba 14,8 mln. žmonių ir 3,1 mln. statybos įmonių (1). Statybos sektorių sudaro apie 99 proc. MVĮ, kurios pagamina 80 proc. statybų pramonės produkcijos (2).

Prevencija:

Kėlimo įrenginiai: kranai, keltuvai ir kt.

Pritaikytos darbo vietos: reguliuojami pastoliai kas 0,5–1 m (5), mobilios darbo vietos (pvz., geležies pynimui), nešiojamų pastolių naudojimas ir kt.

Valdymo kontrolė

Tinkamas saugos koordinavimas – nuo projektavimo (6)

Žmonių vykdomas valdymas
PAP naudojimas

Statistika

52 proc. darbuotojų per pastaruosius 12 mėnesių

patyrė nugaros skausmą. (3 iš 19 pirmaujančių sektorių)

54 proc. darbuotojų per pastaruosius 12 mėnesių patyrė viršutinės galūnės skausmą. (2 iš 19 pirmaujančių sektorių)

41 proc. darbuotojų per pastaruosius 12 mėnesių patyrė apatinės galūnės skausmą. (2 iš 19 pirmaujančių sektorių) (4)

su darbu susijusios ligos

(ergonomika):

riešo kanalo sindromas, išialgija, apatinės nugaros skausmas, peties sąnario periartritas, lateralinis epikondilitas, medialinis epikondilitas, de Quervain'o sindromas, artritas, Reino sindromas ir kt.

Nelaimingi atsitikimai (ergonomika):

apatinės nugaros skausmas, išnarinimai, sausgyslių patempimai, pasitempimai ir kt.