

Velika fizična delovna obremenitev;

- Ročno dviganje ali premeščanje ljudi ali težkih bremen
- Ponavljajoči se gibi z rokami
- Utrujajoči ali boleči položaji
- Zahtevne stranke
- Časovni pritisk
- Slaba komunikacija ali sodelovanje
- Dolg ali nereden delovni čas
- Posamezni dejavniki
- Starajoča se delovna sila

(2), (3)

Zdravstveno varstvo Socialno varstvo

10 % vseh zaposlenih v EU. Več kot tri četrtine delavcev so ženske.

Pribl. tri od štirih organizacij v sektorju zdravstvenega varstva EU-27 ocenjujejo tveganja!

(2)

Preventivni ukrepi:

- pripomočki
- organizacijska kultura
- mešanica učenja in pridobivanja veščin
- postopno izvajanje novih pobud
- telesna vadba (2), (3)

Statistika:

- 47 % delavcev je imelo bolečine v hrbtu v preteklih 12 mesecih. (Povprečje 19 sektorjev 43,7)
- 46 % delavcev je imelo bolečine v zgornjih okončinah v preteklih 12 mesecih. (Povprečje 19 sektorjev 41,9)

Vir: EWCS 2015 (1)

Poklicne bolezni:

Ugotovljene

- Kostno-mišična obolenja: poklicne bolezni se med državami članicami močno razlikujejo
- Višji delež žensk in starejših delavcev

Nezgode: izpahi/zvini/nategi (1), (3)



Velika fizična delovna obremenitev;

Narava dela, zahteve:

- hrbet je pri delu sklonjen naprej ali zasukan (npr. umivanje las nad umivalnikom)
- ponavljajoče se operacije;
- statična drža;
- dolgotrajno stanje med izvajanjem dejavnosti, povezanih s stranko (1)
- roke so precej časa dvignjene nad rameni (2,3)
- delo pri neprijetnih temperaturah (4)
- uporaba kemikalij (4)

Frizerska in brivska dejavnost

V frizerskem sektorju v Evropi je zaposlenih več kot milijon ljudi. Prevladujejo manjša podjetja, ki imajo v povprečju manj kot tri delavce in samostojna podjetja. (6,7)

Preprečevanje:

- Poklicno usmerjeni tečaji medicinske rehabilitacije
- Preoblikovanje delovnih mest
- Spremembe delovnih tehnik
- Telesna vadba

Največja 12-mesečna razširjenost kostno-mišičnih obolenj je bila sporočena za spodnji del hrbta (razpon 13–76 %), vrat (razpon 9–58 %), ramena (razpon 28–60%) in roke/zapestje (razpon 11–53 %) (5)

Poklicne bolezni: Potrjen sindrom karpalnega kanala (npr. v Franciji in Turčiji);

Bolezni, povezane z delom: ponavljajoči se nategi zapestja in kopolca ter obolenja v vratu ali ramenih; ekcem na rokah in respiratorni simptomi.

Večina kostno-mišičnih poškodb v industriji hrane in pijače je posledica zgolj petih razlogov:

- nalaganje/razlaganje vsebnikov (na primer škatel, zabojev in vreč);
- potiskanje vozičkov (na primer vozičkov za pekače in servirnih vozičkov);
- rezanje, izkoščevanje, razkosavanje, prevezovanje in evisceracija (na primer mesa in perutnine);
- pakiranje proizvodov (na primer sira, slaščic in piškotov); ■ premeščanje vsebnikov s pijačami (na primer sodov in zabojev). (1)

Živilskopredelovalna industrija

Ustvarjajo jo družbe, ki se ukvarjajo s predelavo živalskih in rastlinskih proizvodov in zajemajo zelo široko vrsto dejavnosti, od proizvodnje mesa, sladkarij, prigrizkov, alkoholnih pijač, prek mlečne industrije in pekarn, do proizvodnje marmelad in sokov ter zamrznjene hrane.

Študije kažejo, da je tri četrtine poškodb v industriji hrane in pijače mogoče preprečiti. (1) Kostno-mišična obolenja je mogoče preprečiti predvsem z zagotavljanjem strokovne ocene tveganja. Ta je običajno osredotočena na fizične (biomehanske) dejavnike tveganja, vendar je pri preprečevanju kostno-mišičnih obolenj treba upoštevati tudi organizacijske in psihosocialne dejavnike.

Proizvodni postopek je zahteval visoko raven ročnega premeščanja. Številni ugotovljeni dejavniki tveganja so vključevali: ponavljajoče se sklanjanje med pakiranjem ter prenašanje velikih, nerodnih in težkih bremen na večjih razdaljah. (2) Poškodbe hrbta predstavljajo približno eno tretjino primerov bolezni, povezanih z delom, v proizvodnji hrane in pijače. Tudi delavci, ki opravljajo lažje ponavljajoče se naloge, na primer na proizvodnih linijah, lahko utrpijo kronične (trdovratne) poškodbe, kot so obolenja zgornjih okončin, povezana z delom, ki predstavljajo skoraj četrtino primerov bolezni, povezanih z delom. (1)

Približno ena tretjina poškodb v industriji hrane in pijače so akutne poškodbe, ki so posledica premeščanja in dviganja – več kot polovica teh poškodb vključuje dviganje težkih predmetov. (1)

Ročno premeščanje blaga.

Delo s sklonjenim/zasukanim trupom:

- premeščanje blaga in embalaže
- natovarjanje in raztovarjanje
- transport med vozili in prejemniki ter premeščanje vrnjenega blaga
- premeščanje s tekočega traku na regal ali paleto, v škatlo ali karton ali prosto nalaganje na transportno vozilo

Delo z rokami v položaju nad rameni ali pod koleni:

- delo z ročnim skenerjem.

Vožnja tovornjaka: prisilna drža vratu

Prevoz in kurirska dejavnost

8,1 % vseh-zaposlenih v EU
5,2 % vseh podjetij v EU (2017)

Rastoč sektor!

Vir: Eurostat [\(2\)](#)

Preventivni ukrepi:

Pripomočki

Poznavanje:

- ustreznih položajev pri delu
 - uporabe pripomočkov
 - ergonomskega tveganja zaradi bremen
 - znakov preobremenjenosti
- Dejavniki, ki pospešijo psihosocialna tveganja – varnost zaposlitve

Statistika:

46 % delavcev v sektorju prevoza in skladiščenja je imelo bolečine v hrbtu v preteklih 12 mesecih.
(Povprečje 19 sektorjev 43,7)

Vir: EWCS 2015 (1)

Poklicne bolezni: Potrjena kostno-mišična obolenja: poklicne bolezni se med državami članicami močno razlikujejo

Nezgode pri delu, primeri: izguba nadzora nad prevoznimi sredstvi ali ročnimi orodji, dviganje, prenašanje, neusklajeni gibi [\(1\)](#)

Velika fizična delovna obremenitev:

(3)

- dviganje težkih bremen (dviganje/prenašanje)
- prisilna drža pri delu
- stoječe delo
- ponavljajoče se delo
- zaprti prostori
- delo na lestvah – na kolenih
- vibracije (celo telo in dlan ali roka);
- veliko napotnih delavcev – navidezna samozaposlitev – trgovina z ljudmi
- slaba komunikacija
 - dolg ali nereden delovni čas
 - nizka stopnja izobrazbe

Gradbeni sektor

Eden od največjih gospodarskih sektorjev na svetu; ocenjeno je, da je v EU-27 zaposlenih 14,8 milijona oseb v 3,1 milijona gradbenih podjetij (1). Gradbeni sektor sestavlja približno 99 % malih in srednjih podjetij, ki predstavljajo 80 % obsega dejavnosti v gradbeništvu (2).

Preprečevanje:

- Dvižne naprave – žerjavi, dvigala...
- Prilagojena delovna mesta: prilagodljivi gradbeni odri vsakih 0,5–1 m (5), premična delovna mesta (npr. za postavljanje železne armature), uporaba premičnih gradbenih odrov ...
- Nadzor upravljanja
- Dobra varnostna koordinacija – od načrtovanja (6)
- Vodenje zaposlenih
- Uporaba osebne varovalne opreme

Statistika:

- 52 % delavcev je imelo bolečine v hrbtu v preteklih 12 mesecih. (eden od vodilnih 3 sektorjev od 19)
- 54 % delavcev je imelo bolečine v zgornjih okončinah v preteklih 12 mesecih. (eden od vodilnih 2 sektorjev od 19)
- 41 % delavcev je imelo bolečine v spodnjih okončinah v preteklih 12 mesecih. (eden od vodilnih 2 sektorjev od 19) (4)

Bolezni, povezane z delom (ergonomija)

Sindrom karpalnega kanala, išias, bolečine v spodnjem delu hrta, sindrom zamrznjene rame, teniški komolec, golf komolec, De Quervainova bolezen, sprožilni prst, Raynaudov sindrom, ...

Nezgode pri delu (ergonomija): bolečine v spodnjem delu hrta (lumbago), izpahi, zvini, nategi, ...