



Saugiose darbo vietose **MAŽESNIS KRŪVIS**

Laikas veikti: trečdalis darbuotojų dėl sveikatos problemų negalės dirbti iki pensinio amžiaus

Trys iš penkių darbuotojų Europos Sąjungoje teigia patiriantys raumenų ir kaulų sistemos sutrikimus, dažniausi jų – nugaros, rankų, pečių ir kitų viršutinių kūno dalių skausmai. Šie negalavimai stipriai paveikia darbo kokybę ir gali turėti skaudžių pasekmių darbuotojų sveikatai ateityje – net trečdalis žmonių, patiriančių profesinius raumenų ir kaulų sutrikimus, mano, kad dėl jų nebegalės dirbti to paties darbo iki 60-ies.

„Ilgas sėdėjimas, pasikartojantys judesiai, sunkių krovinių tvarkymas, spartus darbo tempas – tai tik keletas rizikos veiksnių, su kuriais darbuotojai susiduria savo kasdienybėje. Raumenų ir kaulų sistemos sutrikimai yra pati dažniausia profesinės sveikatos problema Europoje“, – teigia Valstybinės darbo inspekcijos (VDI) Darbuotojų saugos ir sveikatos skyriaus vyriausioji specialistė Nerita Šot.

Su darbu susiję raumenų ir kaulų sistemos sutrikimai kelia susirūpinimą ne tik dėl jų poveikio darbuotojų sveikatai ir gyvenimo kokybei, bet ir įmonėms bei šalių ekonomikai. Tai labiausiai paplitusi negalios ir laikinojo nedarbingumo priežastis, o darbuotojų patiriamas skausmas daro įtaką jų veiklos rezultatams ir produktyvumui.

Sutrikimai gali atsirasti dar prieš profesinę karjerą

Raumenų ir kaulų sistemos sutrikimai aktualūs ne tik vyresniems darbuotojams. Su kaklo, nugaros ar kitų viršutinių kūno dalių skausmais susiduria jau ir mokyklinio amžiaus vaikai. Net 33 proc. vaikų ir jaunų žmonių turi su laikysena susijusių sutrikimų. Pagrindinė to priežastis – nuolatinis sėdėjimas ir per mažas fizinis aktyvumas.

„Labai svarbu, kad sąmoningumas šiuo klausimu būtų skatinamas kuo anksčiau, kitaip darbo rinkoje ateityje ženkliai padaugės jaunų žmonių, turinčių raumenų ir kaulų sistemos sutrikimų, kurie savo profesinę karjerą pradės jau turėdami rimtų sveikatos problemų“, – sako N. Šot.

Tinkami sprendimai pasiekiami ranka

Europos darbuotojų saugos ir sveikatos agentūra (EU-OSHA) jau pradėjo trejus metus trukusiančią kampaniją „Saugiose darbo vietose mažesnis krūvis“, kurioje daugiausia dėmesio skiriama būtent su darbu susijusių raumenų ir kaulų sistemos sutrikimų prevencijai bei valdymui.

Europos darbuotojų saugos ir sveikatos savaitės metu, spalio 22 dieną Vilniuje vyks šios kampanijos atidarymo konferencija. Joje EU-OSHA ir Valstybinės darbo inspekcijos atstovai kartu su kitais ekspertais apžvelgs pagrindinius tikslus, dalyvis teoriniais bei praktiniais pavyzdžiais, kaip užkirsti kelią šioms problemoms ir sėkmingai jas valdyti.

„Raumenų ir kaulų sistemos sutrikimai šiuo metu yra dažniausia su darbu susijusi sveikatos problema, apimanti visus veiklos sektorius, pradedant darbu gamyklose ir baigiant kirpyklose ar biuruose. Nuo jų neapsaugotas nei vienas sektorius, tad kiekvieno darbdavio pareiga užtikrinti kuo tinkamesnę darbo aplinką. Būtent šios kampanijos metu bus atkreipiamas dėmesys į tai, kad ankstyvoji intervencija ir rehabilitacija yra įmanomos bei gyvybiškai svarbios ne tik kokybiškam darbuotojų gyvenimui, bet ir produktyvumui“, – pabrėžia N. Šot.

Daugiau informacijos – www.healthy-workplaces.eu/lt.