



OBREMENITVE IN OBREMENJENOST PRI DELU

mag. Andrejka Fatur – Videtič, spec. Med. dela

**MODUL ZA SPECIALIZANTE DRUŽINSKE
MEDICINE**

Ljubljana, april in september 2015

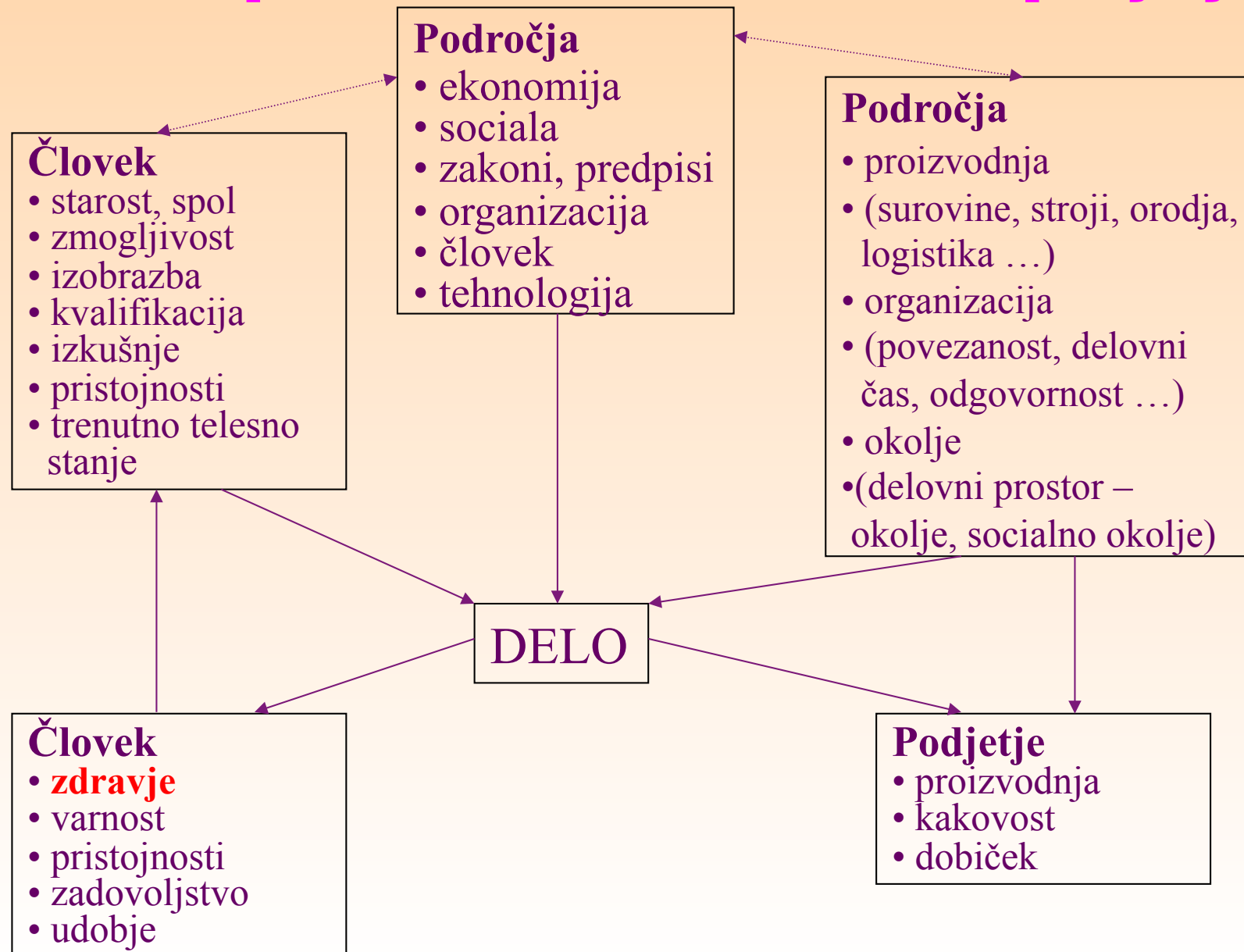


Nivoji ohranjanja delovne zmožnosti

- primarna preventiva (ukrepi za izboljšanje produktivnosti ali za preprečevanje nastanka okvar zdravja);
- sekundarna preventiva (ukrepi ob akutno nastali okvari zdravja, preprečevanje trajnih, kroničnih sprememb);
- terciarna preventiva (ukrepi za zmanjšanje vpliva trajnih okvar in preprečevanje njihovega poslabšanja).

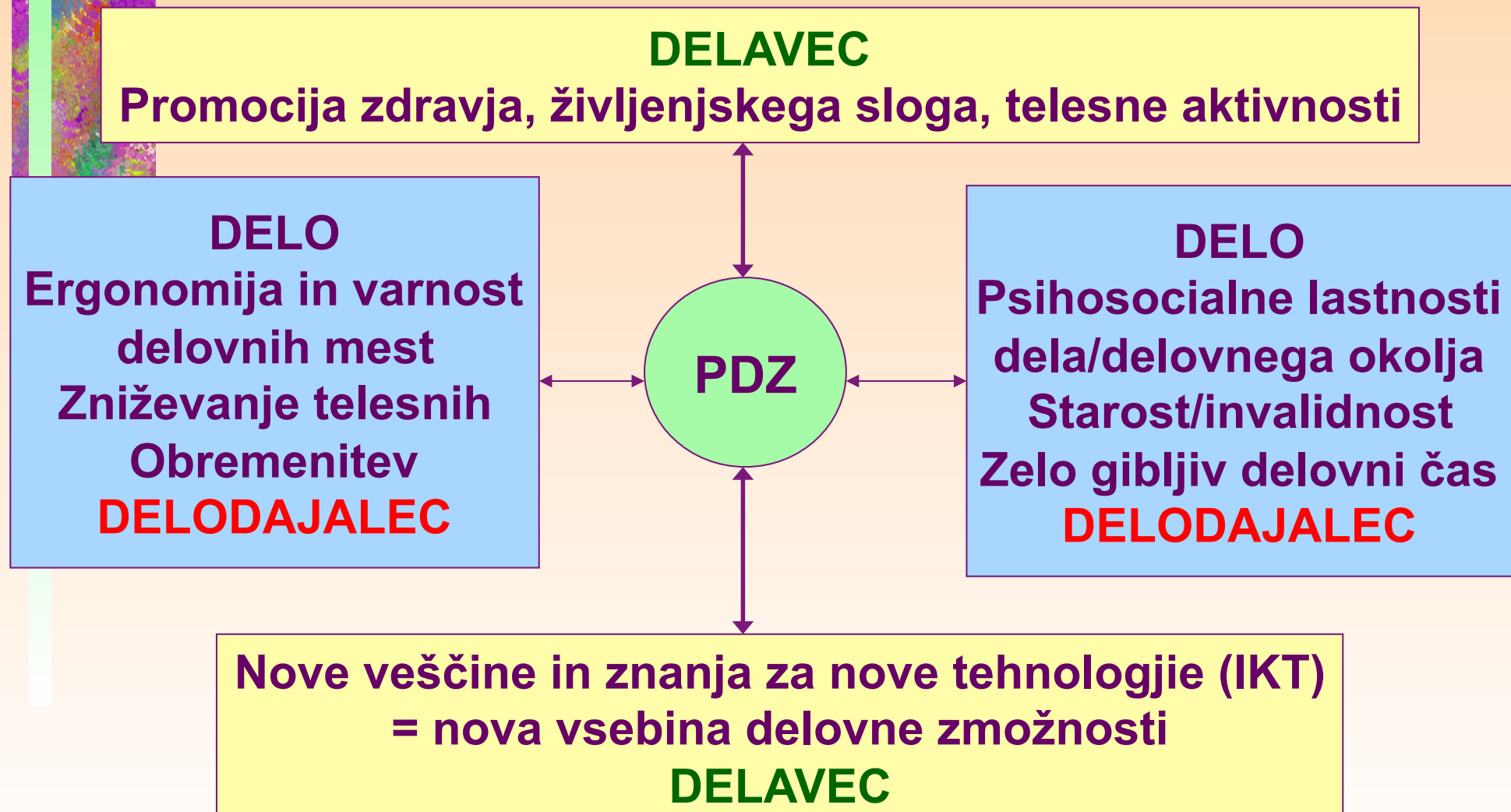


Shema povezanosti človek – delo - podjetje





PROMOCIJA DELOVNE ZMOŽNOSTI (PDZ)





Zakon o varnosti in zdravju pri delu, Uradni list RS št. 43/2011

33. člen:

4. odstavek: izvajalec medicine dela lahko po predhodni pisni privolitvi delavca od osebnega zdravnika delavca pridobi oziroma vpogleda podatke o zdravstvenem stanju delavca, o njegovem zdravljenju in rehabilitaciji.

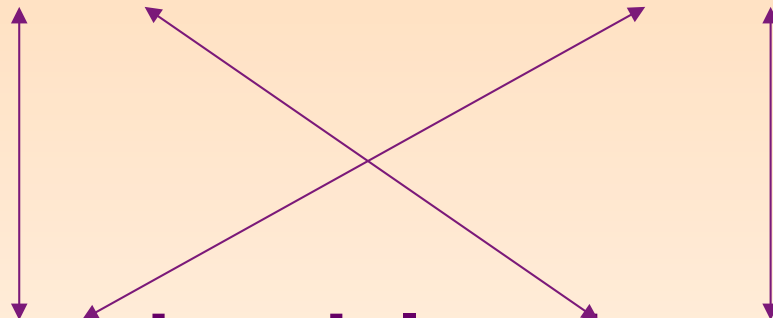
Izvajalec medicine dela mora osebnemu zdravniku na njegovo zahtevo posredovati informacije o obremenitvah delavca na delovnem mestu in o zahtevah njegovega delovnega mesta.



POVEZANOST ČLOVEK - DELO

Obremenitev – obremenjenost

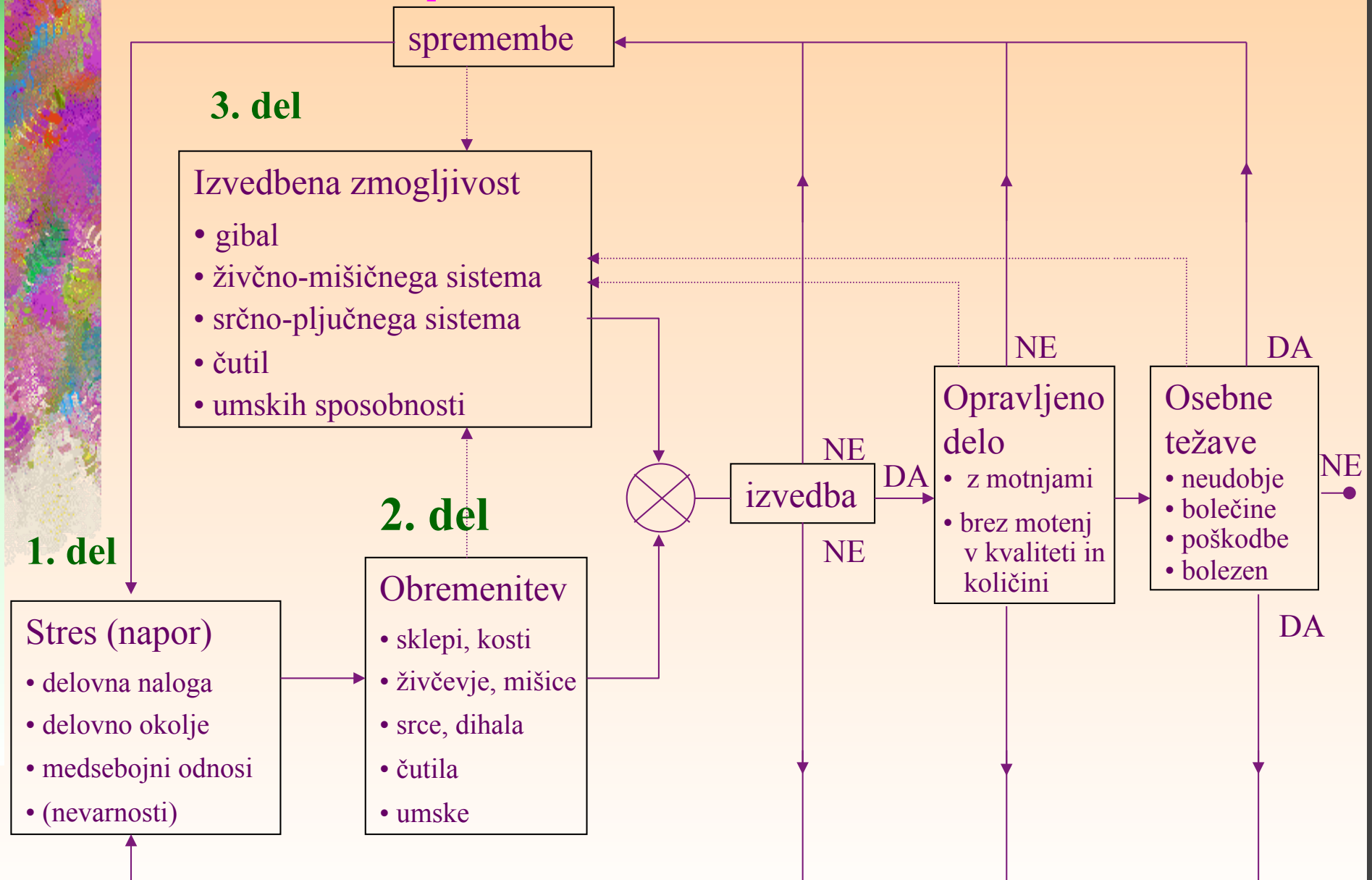
Človek – delovni proces



**Poklicna rehabilitacija prispeva
podatke in rešitve v obeh povezavah.**



Modelna povezanosti človek - delo





LASTNOSTI ČLOVEKA

- **TELESNE LASTNOSTI**: telesna zmogljivost (mišična moč, koordinacija, spretnost, hitrost, ravnotežje), zmogljivost obtočil (kratkotrajni, dolgotrajni napor, aerobna – anaerobna zmogljivost), čutila, stanje živčnega sistema;
- **DUŠEVNE LASTNOSTI**: sposobnosti (kaj zmorem), izkušnje/znanje (kaj znam), motivacij/interesi/nagnjenja (kaj hočem);
- stališča in svetovni nazor;
- zrelost osebnosti.

Lastnosti človeka odločajo o obremenjenosti ob znani obremenitvi povezano z delom in delovnim mestom!



LASTNOSTI DELA/DELOVNEGA PROCESA

- **OBREMENITVE/ZAHTEVE:** telesne, duševne, senzorne, psihosocialne, ekološke razmere;
- **STOPNJA DOSEŽENE VARNOSTI IN ZDRAVJA PRI DELU.**

Lastnosti dela in delovnega procesa so vir obremenitev za človeka!



PRESOJANJE DELOVNE ZMOŽNOSTI

Torej zdravnik potrebuje in upošteva:

- **1. DOLOČEN OBSEG PODATKOV NA NIVOJU ČLOVEKA (UČENEC, ZAVAROVANEC);**
- **2. DOLOČEN OBSEG PODATKOV NA NIVOJU DELA (kaj, kako, s čim, kje in kdaj dela, standardi?) – DELOVNA ANAMNEZA!**



OCENA DELOVNE ZMOŽNOSTI OBSEGA:

- OCENO VARNEGA IZVAJANJA DELA;
- OCENO PRIČAKOVANE DELOVNE UČINKOVITOSTI ;
- OCENO TRAJNOSTI DELOVNE UČINKOVITOSTI;
- OCENO POTREBNIH PRILAGODITEV DELA DELAVCU;
- OCENO POTREBNEGA PRILAGAJANJA DELAVCA DELU.

Kako presoјamo:

ZDRAVSTVENE ZAhteVE DELA/ POKLICA ?

RAZPOLOŽLJIVO ZMOGLJIVOST ČLOVEKA ?



PRIMERJAVA LASTNOSTI (ZMOGLJIVOST DELAVCA) in ZAHTEVE POKLICA / DELA

1. **PROBLEM** - z ugotovitvami kliničnega pregleda in izvidov preiskav/testiranj presojujemo ustreznost lastnosti za poklic – delazmožnost (vsakodnevno delo poln delovni čas, vso delovno dobo)
2. **PROBLEM** - definicije zahtev dela, standardi, s katerimi primerjamo ustreznost človekovih lastnosti za opravljanje določenega dela/poklica;
STANDARDI ZA “standardnega delavca”!



PRESOJANJE USTREZNOSTI ZMOGLJIVOSTI ČLOVEKA ZA DELO

- NIMAMO ŠE JASNO IZDELANIH ALGORITMOV ZA ODLOČANJE;
- ODLOČAMO SE LAHKO NA PODLAGI:

OCENJEVANJA (assessment) = konsistenten način zbiranja in organizacije podatkov o določenem stanju.

MERJENJA (measurement) = kaj, s čim, kako.

VREDNOTENJA (evaluation) = presoja rezultatov in podatkov z določenimi že znanimi, sprejetimi npr. Navodila...

Vrednotimo, KAJ OSEBA ZMORE (BI ZMOGLA)
kot CELOTA (ne zgolj po posameznem funkcijskem sistemu).



PRIPOROČILA ZA ODLOČANJE (1)

PRIDOBIMO PODATKE NA VEČ NIVOJIH:

1. Nivo: TELESNA/FIZIČNA ZMOGLJIVOST :

- gibljivost sklepov
- jakost mišic
- notranji organi
- obsegi/dolžine
- stanje senzibilitete
- čutila

pretežno biomehanski
nivo

za potrebe bodočega
poklica sklepamo na

- gibalni prostor
- doseganje
- položaj/drža
- vzdržljivost/moč



PRIPOROČILA ZA ODLOČANJE (2)

2. Nivo: **IZVEDBENA/FUNKCIJSKA ZMOGLJIVOST** **z/brez tehničnega pripomočka:**

- prijem/ grobi – fini
- koordinacija
- spretnost
- aktivnosti
- ravnotežje
- duš./psihične lastnosti

rokovanje (manipulacija)
aktivnosti
standardizirani testi
senzomotorni/
psihomotorni
nivo

za potrebe bodočega
poklica sklepamo na

- rokovanje (predmeti, orodje)
- izvedbo delovnih aktivnosti)
- učljivost
- učinkovitost
- morebitno pomoč (prilagoditve, usposabljanja)



PRIPOROČILA ZA ODLOČANJE (3)

3.Nivo: OCENJEVANJE Z DELOM:

- standardizirani delovni vzorci/
preskusi
- situacijsko ocenjevanje
- ocenjevanje v simuliranih/realnih
delovnih pogojih

procesne
veščine

za delo oceni

- vzdržljivost
- učinkovitost
- delovno vedenje
- veščine/znanje
- učljivost
- jaz kot delavec



Tveganje pri delu: merilo ogroženosti s hitro ponavljajočimi se gibi rok:

osnovni cikel \Rightarrow več gibov \Rightarrow če se pojavljajo več kot 50% trajanja osnovnega cikla = delo repetitivno.

velike sile:	majhna	< 1 N
	velika	> 4 N

trajanje os. cikla:

- nizka repetitivnost > 30 s, manj kot 50% delovnega časa
- visoka repetitivnost < 30 s, več kot 50% delovnega časa

- gibi zapestja,
- fini prijemi,
- položaj v višini ramen.

Kako upoštevati standard po op. SCC?



KAJ VPLIVA NA VRNITEV NA DELO (1)

Demografske značilnosti

- starost
- spol
- izobrazba
- stan
- zdravstveno stanje
 - komorbidnost
 - intenziteta bolečine



KAJ VPLIVA NA VRNITEV NADELO?(2)

Stanje bolezni:

- doseženo funkcijsko stanje,
- zgodnja diagnoza/zdravljenje in rehabilitacija,
- multidisciplinarni programi zdravljenja in aktivna vloga bolnika,
- zaupanje med bolnikom in zdravnikom,
- spremljanje bolnika po zaključku zdravljenja.

(različne študije) Fatur Videtič A. Vrnitev ortopedskega bolnika na delo. In: Pavlovčič V, ur. Dela/ne)zmožnost ortopedskega bolnika, Ljubljana, 12. -13.5-2006. Ljubljana: Ortopedska klinika, Klinični center.

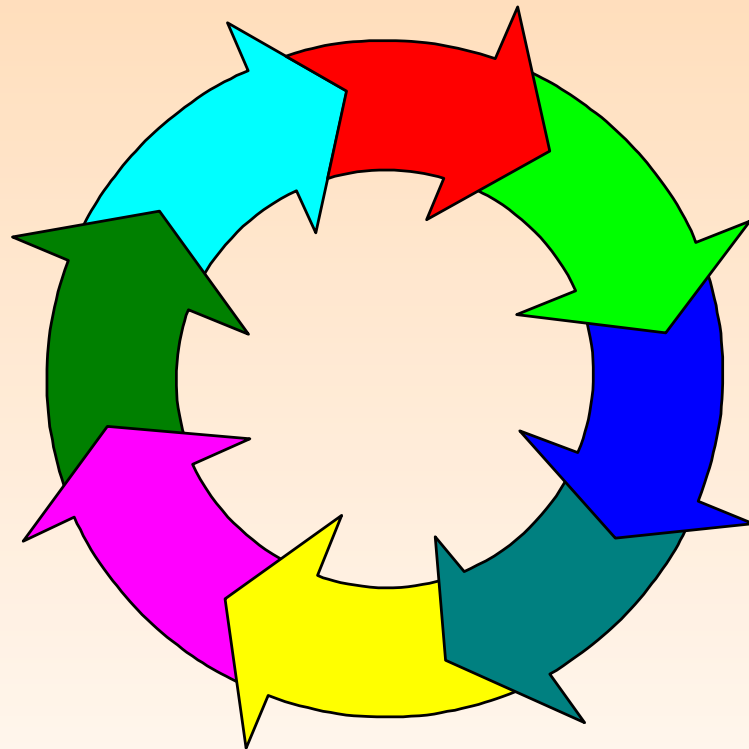


KAJ VPLIVA NA VRNITEV NA DELO?(3)

delo/delodajalec:

- **terapevtski programi usmerjeni k delu,**
 - **vrnitev na delo opredeljena kot **CILJ****
 - **stopnja varnosti na del. mestu (strah pred ponovitvijo bolezenskih težav zaradi preobremenitev),**
 - **prilagajanje vrnitve (trajanje, količina dela),**
 - **sodelovanje delodajalca (spec.med.dela)**

(različne študije), ib.



**Hvala za
pozornost !**