

# **SPECIALISTI MEDICINE DELA KOT SVETOVALCI RAVNATELJEM**

Dr. Andrea Margan

ZD Ptuj



# MEDICINA DELA...

- „Delodajalec mora zagotoviti, da zdravstvene ukrepe v zvezi z varnostjo in zdravjem pri delu izvaja **izvajalec medicine dela.**“



# **NALOGA MEDICINE DELA**

pomoč delavcem in delodajalcem pri krepitvi pozitivnih in zmanjšanju negativnih učinkov delovnih razmer na zdravje.



# NAJPOGOSTNEJŠE OBLIKE SODELOVANJA

- izvajanje zdravstvenih pregledov delavcev
  - ocena zmožnosti za delo oz. izpolnjevanja posebnih zdravstvenih zahtev
- dopolnjevanje dokumentacije za ZPIZ – DD1 obrazec
- izdelava zdravstvene priloge k oceni tveganja (del izjave o varnosti):

**Pozorni na POSEBNE ZDRAVSTVENE ZAHTEVE**



# NA DELOVNO ZMOŽNOST VPLIVA:

- zdravstveno stanje delavca
- obremenitve in zahteve na delovnem mestu
- odnosi v (širšem) delovnem okolju



# ODNOSI ZNOTRAJ ŠOLE

- pedagoško osebje ↔ strokovni in tehnični delavci
- učitelji ↔ ostalo pedagoško osebje
- učitelji ↔ učitelji
  - urniki
  - „pomembnost“ predmeta
- učitelji ↔ ravnatelj



# SPECIFIČNOSTI

- **Vrtci:** ergonomija
- **Šole s prilagojenim programom:** delo z otroci s posebnimi potrebami
- **Strokovne šole:** en učitelj nosilec več strokovnih predmetov  
ne prihajajo iz pedagoške stroke
- **Glasbene šole:** delovni čas



# SPEC. MEDICINE DELA KOT SVETOVALEC ZA PODROČJE ZDRAVJA PRI DELU

- poročilo o zdravstvenem stanju: PRIPOROČILA in usmeritve
- sodelovanje pri promociji zdravja pri delu
- povezovalec
  - med delavcem in delodajalcem
  - med delodajalcem in izbranim zdravnikom





# POROČILO O OPRAVLJENIH ZDR. PREGLEDIH

- 61 % starejših od 50 let, povprečna starost pregledanih je 52 let, njihova povprečna delovna doba je 25 let
- 61 % pregledanih ima prekomerno telesno težo
- 43 % motnje presnove (debelost, motnje v presnovi maščob in sladkorja)
- 31 % mišičnokostne bolezni
- 19 % bolezni obtočil
- 9 % duševne in vedenjske motnje

## **Zaključek poročila:**

aktivnosti promocije zdravja pri delu (PZD) usmeriti v krepitev duševnega zdravja zaposlenih in načrtovanja organizacijskih in ergonomskih ukrepov za prilagajanje delovnih mest starejšim delavcem



# PRIPOROČILA...

- raztezne vaje za razbremenitev in krepitev mišic
- psihološko svetovanje
- delavnice in svetovanja logopeda
- cepljenje proti sezonski gripi
- delavnice komunikacijskih veščin in strategij soočanja s stresnimi situacijami
- usposabljanje za nudenje prve pomoči



# KDAJ ŠE PO MNENJE NA MDPŠ

- v primeru dvoma o delazmožnosti
- potreba po (začasni) prilagoditvi delovnega mesta
- po dolgem BS - vračanje na delo (POSTOPNO)
- pred začetkom postopka na IK
- v primeru dvoma o upravičenosti priporočil zdravnikov drugih specialnosti



# ZAKAJ MEDICINA DELA „OMEJUJE“?

- med zdravniškim pregledom se ocenjuje skladnost med zahtevami in obremenitvami delovnega mesta in zdravstvenim stanjem delavca
- ob neskladju se delavcu omeji zmožnost za delo
- namen **omejitev in priporočil** je ohranjanje zdravja in izboljšanje delovne učinkovitosti
- omejitve lahko izhajajo tudi iz pravilnika, ki določa pogoje za opravljanje določenih del (tehnični delavci)



# ZDRAVNIŠKO SPRIČEVALO ZA DELODAJALCA ZAVEZUJOČE?

- Zdravniško spričevalo ne predstavlja upravnega akta, temveč akt strokovno-tehnične narave, **ki za delodajalca ni zavezujoč.**
- v nekem primeru je sodišče upoštevalo mnenje pooblaščenega zdravnika in ne odločbo invalidske komisije



## Napotnica

za predhodni preventivni zdravstveni pregled

EMŠO  kraj rojstva

Naslov

Izobrazba  poklic

Na predhodni preventivni zdravstveni pregled ga-jo pošiljamo:

1. pred prvo zaposlitvijo,
2. po prenehanju opravljanja določenega dela na določenem delovnem mestu za več kot 12 mesecev.

Imenovani(a) se bo zaposlil(a) na delovnem mestu

Izjava o varnosti z oceno tveganja za navedeno delovno mesto je bila opravljena dne:

Pomembni podatki iz ocene tveganja so:

Kratek opis delovnega procesa (priprava dela, dominantna dela in naloge, tedenski delovni čas - v urah, delo v izmenah):

Delovna oprema (orodja, instrumenti, naprave itd.):

Predmeti dela (surovine, polizdelki, izdelki, informacije itd.):

Izpostavljenost tveganjem (navesti kritične dejavnike tveganja, zahteve, obremenitve in škodljivost pri delu):

Po zadnji oceni tveganja so bili izvedeni naslednji ukrepi na področju tehničnega varstva in humanizacije dela:

Osebna varovalna oprema:

Posebne zdravstvene zahteve, ki jih mora izpolnjevati delavec:

Delovno mesto je neustrezno za:

Pripombe delodajalca:

OPOMBA: Delodajalec pošilja delavca na predhodni preventivni zdravstveni pregled z napotnico, ki je izpolnil na predpisanih obrazcih v obliki izvodov, od katerih doli vnemjen en izvod delodajalcu in izpolnjeno oceno delovne preločnosti, en izvod pa zahtj poslati kleni zdravnik.  
 POJASNILA: 1 NACE klasifikacija (Standardna klasifikacija dejavnosti, U.K. I. RS, št. 2002)  
 2 Stopnja izobrazbe od 1 - 8 (Državni dogovor o temeljih za kvalifikacjo poklicov in strokovna izobrazba, U.K. I. SPRU, št. 28/90)  
 3 Standardna klasifikacija poklicev (U.K. I. RS, št. 28/97)  
 4 Koda, ki je za delovno mesto opredeljena delovna mesta

Obrazec je predpisan v Pravilniku (U.K. I. RS, št. 47/02 in 39/03).

■ izvaja

varno

■ v izja

na po

eve,

(D-1)



# TVEGANJA NA DELOVNEM MESTU UČITELJA

- psihološke zahteve in obremenitve
  - emocionalne obremenitve
  - senzorne obremenitve
    - sluha, vida in glasilk
  - statične obremenitve hrbtenice
  - nevarnost nastanka okužb
- } ▪ psihosocialna tveganja

Na psihosocialne dejavnike tveganja vplivajo tudi ekološke razmere: hrup, osvetljenost, neugodno toplotno okolje.



# POSEBNE ZDRAVSTVENE ZAHTEVE

- intelektualne sposobnosti
- stabilnost osebnosti, odpornost na stres
- obremenitev vida in glasilk
- obremenitev gibal
- dober sluh
- vožnja motornega vozila\*





# ZAKAJ PREGLED PSIHOLOGA

Da oceni:

- splošno intelektualno opremljenost oz. funkcioniranje
- morebitne specifične sposobnosti, ki jih DM zahteva (psihomot. koordinacijo)
- osebnostno strukturo oz. poteze (čustvena stabilnost, ekstravertiranost, odprtost za novosti, vestnost,...
- odpornost na večje psihične obremenitve
- zmožnost prilagajanja
- emocionalno odzivanje
- morebitne zasvojenosti, emocionalne motnje, osebnostne motnje,...
- večkratne hospitalizacije
- aktualno psihopatološko simptomatiko



# KDAJ PSIHOLOGU ?

- Ob prvi zaposlitvi
- Ob obdobjem pregledu, če je indikacija
- Kadarkoli, v koliko je želja oz. potreba



# PSIHOLOŠKI PREGLED

- Individualna obravnava (prilagojen izbor psihodiagnostičnih sredstev)
- Ne enačiti s pregledom kliničnega psihologa.
- Ocena posameznikove zmožnosti prilagoditi se zahtevam delovnega mesta, biti na DM učinkovit, zadovoljen, izpolnjen, kreativen.

**ODSOTNOST BOLEZNI ŠE NE POMENI ZMOŽNOST OPRAVLJANJA DELA**



# PODROČJA, KI POMEMBNO VPLIVAJO NA DELOVNO ZMOŽNOST

- DUŠEVNO ZDRAVJE
  - stres na delovnem mestu (preobremenjenost DM)
  - duševne in vedenjske motnje
- STARANJE ZAPOSLENIH
- ERGONOMIJA
  - (hrup, osvetljenost, delo z računalnikom – računalniški programi, ergonomija v vrtcih)



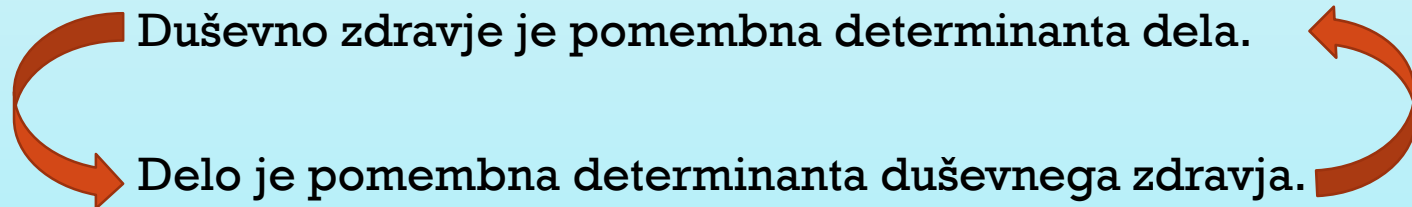
# KO OBRAVNAVAMO DUŠEVNO ZDRAVJE SE SOOČAMO

- **Tabu:** tema, ki se ne sme kritično obravnavati
- **Predsodki** negativen, odklonilen odnos do koga ali česa, neodvisen od izkustva
- **Stigma** družbena zaznamovanost zaradi drugačnosti, navadno neupravičena
- **Zapostavljanje in poniževanje** oseb s težavami v duševnem zdravju



# DUŠEVNO ZDRAVJE

- ni zgolj odsotnost duševnih motenj.
- ... stanje blaginje, v katerem posameznik uresničuje svoje sposobnosti, se je sposoben spopadati z običajnimi stresnimi življenjskimi okoliščinami, produktivno delati ter prispevati k skupnosti.



## DUŠEVNO ZDRAVJE NA DM

- ustvarjanje takšnih pogojev dela, ki podpirajo dobro duševno zdravje (promocija duševnega zdravja)

## DUŠEVNE MOTNJE (IN BOLEZNI) NA DM

- destigmatizacija duševnih motenj v delovnem okolju



# MOTNJE V DUŠEVNEM ZDRAVJU

- Tiste, ki še ne izpolnjujejo meril za diagnozo duševne motnje vendar vplivajo na funkcioniranje posameznika (npr. razdraženost, nespečnost, zaskrbljenost)
- Tiste, ki izpolnjujejo merila za diagnozo; tki. „klinične“ motnje v duševnem zdravju:
  - duševne motnje katere zaradi svoje narave, resnosti in trajanja izpolnjujejo merila za diagnozo (npr. depresija, anksioznost oz. njihova kombinacija)
  - psihotične motnje oziroma hude duševne motnje katere zahtevajo intenzivno, dolgotrajno zdravljenje in pri katerih je izgubljen stik z realnostjo (npr. huda depresija, bipolarna motnja, shizofrenija)
- Bolezni odvisnosti





# VLOGA SPECIALISTA MEDICINE DELA

- opozori na prisotnost težav v duševnem zdravju v organizaciji
- identificira potencialne vzroke preobremenjenosti na delovnem mestu
- sodeluje pri promociji duševnega zdravja na delovnem mestu
- sodeluje pri rehabilitaciji na DM in vračanju na delo
- sodeluje pri prilagajanju delovnega mesta



# PROMOCIJA DUŠEVNEGA ZDRAVJA NA DM

- Strateška odločitev vodstva - ravnatelja
- Izobraževanje o problematiki preobremenjenosti
- Primarna preventiva: (usmerjena na delo)
  - Identificirati in izločiti potencialne vire preobremenjenosti
- Sekundarna preventiva (usmerjena na delavca)
  - pomoč posamezniku pri obvladovanju preobremenjenosti



# NAJBOLJ POGOSTI VZROKI DOŽIVETIJ PREOBREMENJENOSTI (V PRAKSI)

- intenzifikacija dela (poučevanje več predmetov, na različnih stopnjah)
- slaba organizacija dela (urniki, delovni čas)
- način vodenja (avtoritativen - strah pred napakami)
- odsotnost podpore vodstvenih delavcev
- neustrezna komunikacija (pomanjkljiva, nespoštljiva)
- pomanjkanje celotnih informacij / preveč nepopolnih informacij
- nasilje tretjih oseb (pričakovanja staršev)
- negotovost ohranjanja zaposlitve
- uvedba nove tehnologije
- „administriranje“



# PROMOCIJA DUŠEVNEGA ZDRAVJA NA DM

- Svetovalna služba za zaposlene s težavami zaradi izpostavljenosti
- Ustvarjanje podpornega okolja za osebe z duševno motnjo
  - destigmatizacija bolnikov z duševno motnjo („Bolnik NI bolezen“)
  - individualna obravnava odvisna od vrste duševne motnje, delovnega mesta in vzroka preobremenjenosti
  - pomoč pri integraciji v delovno okolje – delo kot del rehabilitacijskega procesa
  - razbremenitev na delovnem mestu (časovna razbremenitev, razbremenitev glede intenzivnosti dela oz. kompleksnosti nalog)
  - sodelovanje v procesu ocene invalidnosti



# KAJ SE OBJEKTIVNO SPREMENI S STARANJEM?

S staranjem se upočasnijo psihomotorične funkcije

- večja utrudljivost, manjša vzdržljivost
- upočasnjene reakcije in miselni preskoki
- pešanje koncentracije in pomnjenja novih vsebin
- osebnostne spremembe slabši vid, sluh
- zmanjšanje mišične moči in gibljivosti, slabša koordinacija



# **„ZDRAVSTVENA KONDICIJA“ STAREJŠIH DELAVCEV**

- pogostejše okvare glasilk (kadilci)
- s staranjem narašča verjetnost kroničnih bolezni, ki vplivajo na DZ
- pogostejše mišično-kostne bolezni (tehnično osebje)



# OHRANJANJE DELOVNE ZMOGLJIVOSTI STAREJŠIH DELAVCEV

- Ključna podpora vodstva, ki ji sledijo vse generacije zaposlenih.
- Potrebna je ergonomska in organizacijska prilagoditev DM.
- Sistemske rešitve prilagojene posamezniku.
- Motivacija za delo in samoocenitev zdravstvenega stanja sta ključna dejavnika ohranjanja delazmožnosti pri starejših delavcih.



# ZA ZAKLJUČEK

Želja in cilj vsakega ravnatelja je zaposlovati čim več zdravih in zadovoljnih delavcev in ustvarjati vzpodbudno in kreativno delovno okolje brez konfliktov.

Specialisti medicine dela pri tem lahko pomagamo s:

- izbiro zaposlenih preko preventivnih zdravstvenih pregledov
- sprotnim reševanjem problemov
- komunikacijo.

Na vas je, da izberete izvajalca medicine dela, ki je ustrezno kadrovsko opremljen, da vam je v pomoč.





**Hvala za pozornost!**

