

E 91 Vinnuvernd. Árangur heilsueflingar í leikskólum Reykjavíkur

Kristinn Tómasson, Berglind Helgadóttir, Hólmfríður K. Gunnarsdóttir, Guðbjörg Linda Rafnsdóttir

Vinnueftirlit ríkisins

kristinn@ver.is

Inngangur: Mikilvægt er að rannsaka árangur heilsueflingar og vinnuverndaraðgerða. Fyrsti liður í slíkum aðgerðum er könnun á núverandi ástandi, þá koma tillögur til úrbóta byggðar á þeim niðurstöðum og síðan að hóflegum tíma liðnum mat á árangri.

Efniviður og aðferðir: Í maí árið 2000 var tekið úrtak 16 leikskóla hjá Leikskólum Reykjavíkur og þeir beðnir um að svara ítarlegum spurningalista og vinnustaðir skoðaðir. Þar var spurt um persónulega hagi, svo sem hjúskaparstöðu, heimilisaðstæður, menntun og stöðu, líkamlegt álag og líkamsbeitingu, félagslega og andlega álagsþætti. Í framhaldi voru gerðar ákveðnar úrbætur og í maí 2002 var sami spurningalisti lagður fyrir starfsfólk.

Niðurstöður: Árið 2000 voru starfsmenn 320 og svöruðu 90% en árið 2002 voru starfsmenn 302 og svöruðu 88%. Algengi stoðkerfisvandamála var mjög hátt svo og kvartanir vegna hávaða. Einnig voru ýmis sálfélagsleg vandamál tíð en hins vegar var almenn starfsánægja og starfsmenn ánægðir með sína líðan. Byggt á þessu var ákveðið að efla mjög kennslu í líkamsbeitingu og réttum vinnustellingu en einnig var tryggt að aðbúnaður, svo sem borð, stólar og svo framvegis, væri sem bestur og bætt úr þar sem þess þurfti. Einnig voru gerðar aðgerðir til að draga úr hávaða. Hlutfall þeirra sem unnu í mjög eða oft í álútum stellingum fór úr 71% í 45%, og hlutfall þeirra sem unnu oft á hækjum sér lækkaði úr 71% í 51% og sama gilti um þá sem voru oft krjúpandi, eða úr 64% í 45%. Algengi verkjakvartana frá baki, hnjám og ökklum minnkaði í kjölfarið og það dró úr heimsóknum til lækna vegna bakveiki. Þeim, sem voru mjög oft andlega úrvinda, fækkaði um helming (úr 21% í 11%).

Ályktanir: Markvisst vinnuverndarstarf eins og í þessu tilviki skilar verulegum árangri sem er þar með til verulegs gagns fyrir starfsmann, fyrirtæki og þjóðfélag.