

A vegyipar területén foglalkoztatott, több műszakos munkarendben dolgozók egészségügyi helyzete

A VDSZ felmérés előzetes eredményeinek bemutatása

Dr. Plette Richárd - OMFI



„A magyar nyugdíjrendszer” Konferencia
Budapest, 2010. október 18.



A Magyar Vegyipari, Energiaipari és Rokon Szakmákban Dolgozók Szakszervezeti
Szövetsége és az
Ágazati Párbeszéd Bizottság közös rendezésében

A VDSZ felmérés

- **Célja:**

- a vegyiparban műszakos munkát végzők egészségi helyzetének felmérése;
- a műszakos munka összetett hatásainak - a munkavégzésből, a szociális környezetből, az életmódból származó kombinált hatások - értékelése, a negatív hatások bemutatása;
- a műszakos munka hátrányainak kivédése, kompenzálása.

- **Módszere:**

kérdőíves adatgyűjtés, anonim, önkitöltéssel, számítógépes feldolgozással.

- **A kérdőív felépítése:**

a gazdálkodó szerv adatai, személyes adatok, a szociális környezet egyes adatai, a műszakos munka főbb jellemzői, az életmód - egészségi panaszok - alvászavar kérdésköre és a javaslatok.

Műszakos munka

- **Fogalma:**
 - váltott műszakban végzett munka [2003/88/EU Irányelv]
 - többműszakos munkarend [Munka törvénykönyve]
 - „szokatlan munkarend” (hétvégi, délutáni, éjszakai, műszakos)
- **Okai:**

műszaki, gazdasági, társadalmi szükségszerűség
- **Hatásai:**

biológiai, élettani, egészségügyi, magánéleti
- **Vizsgálata:**
 - alváskutatás, a munkavégzés feltételeinek vizsgálata,
 - a munka körülmények hatásainak feltárása,
 - az egészségi állapot (általában) és a foglalkozási egészség
 - az egészség – munkavégző képesség – életminőség
- **Konzekvenciák:**

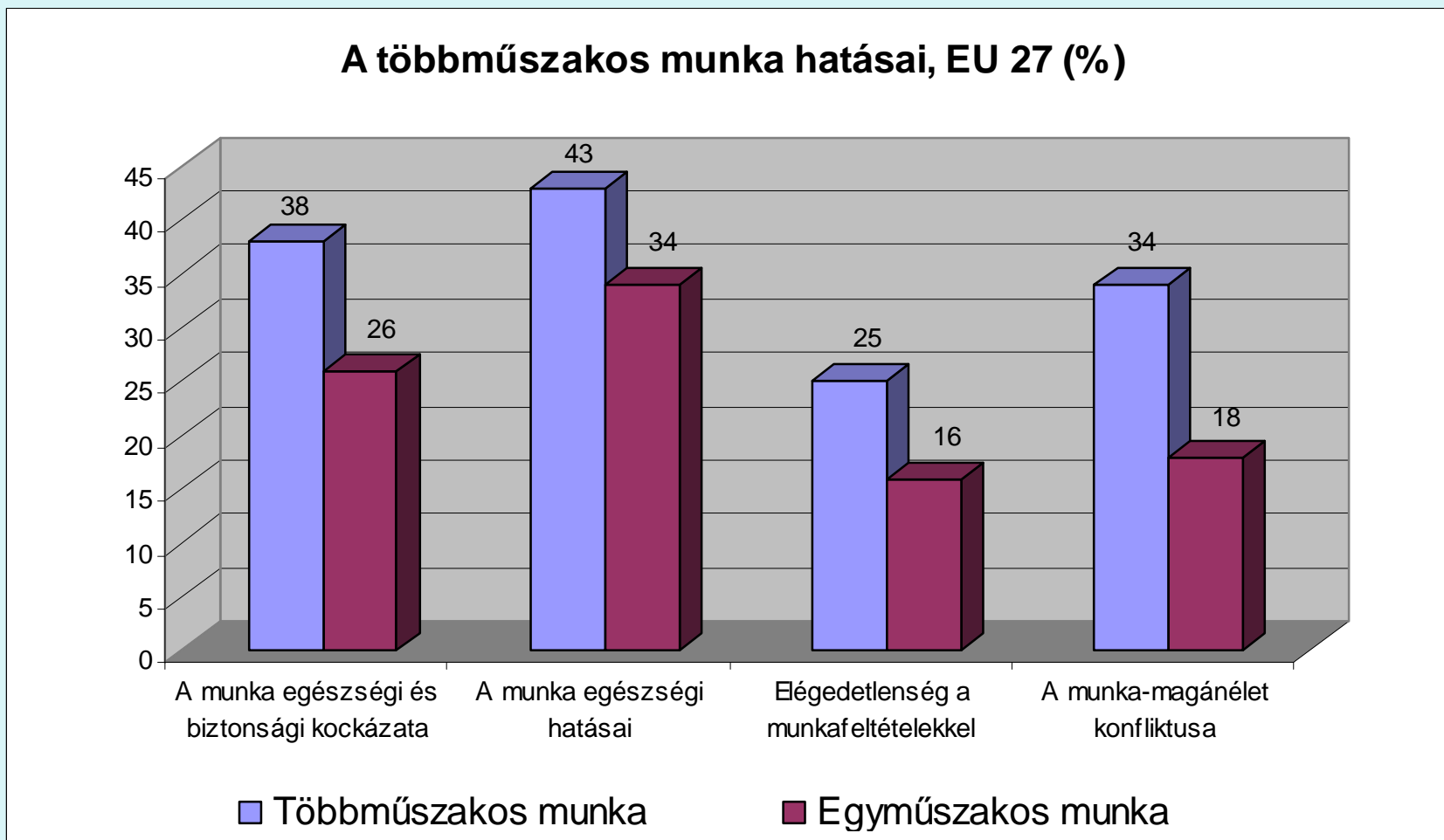
alkalmazkodás hiánya (csak 15%) miatt kompenzálás szükségessége

A műszakos munka hatása az emberi szervezetre

„Testünk képes lehet elviselni minden beavatkozást, de hosszú távon nem tűri. ...ezt még nem eléggé ismerjük”

- **Alap: a biológiai (alvás-ébrenlét) ritmus megzavarása** → alvászavar, kialvatlanság, fáradtság, feszültség, szorongás, stressz
- **A munkavégzés hatásaival és kóroki tényezőivel kombinálódva** → MSDs↑↑- emésztési, szív –keringési, légzési panaszok, allergia↑ idegrendszeri és pszichés rendellenességek, foglalkozási rák [IARC, 2008 – 2/A]
- **Baleseti veszélyek miatt** → munkabaleseti, közlekedési balesetek ↑
- **Magatartási - motivációs problémák** → „elégedetlenség” hiányzás, távollét, fluktuáció ↑
- **Munka - magánélet** egyensúlyának felbomlása, szociális (családi, baráti, társasági kapcsolatok megromlása (elszigetelődés)

A munkavállaló megterhelésének hatása – biztonságra, egészségre, magánéletre*

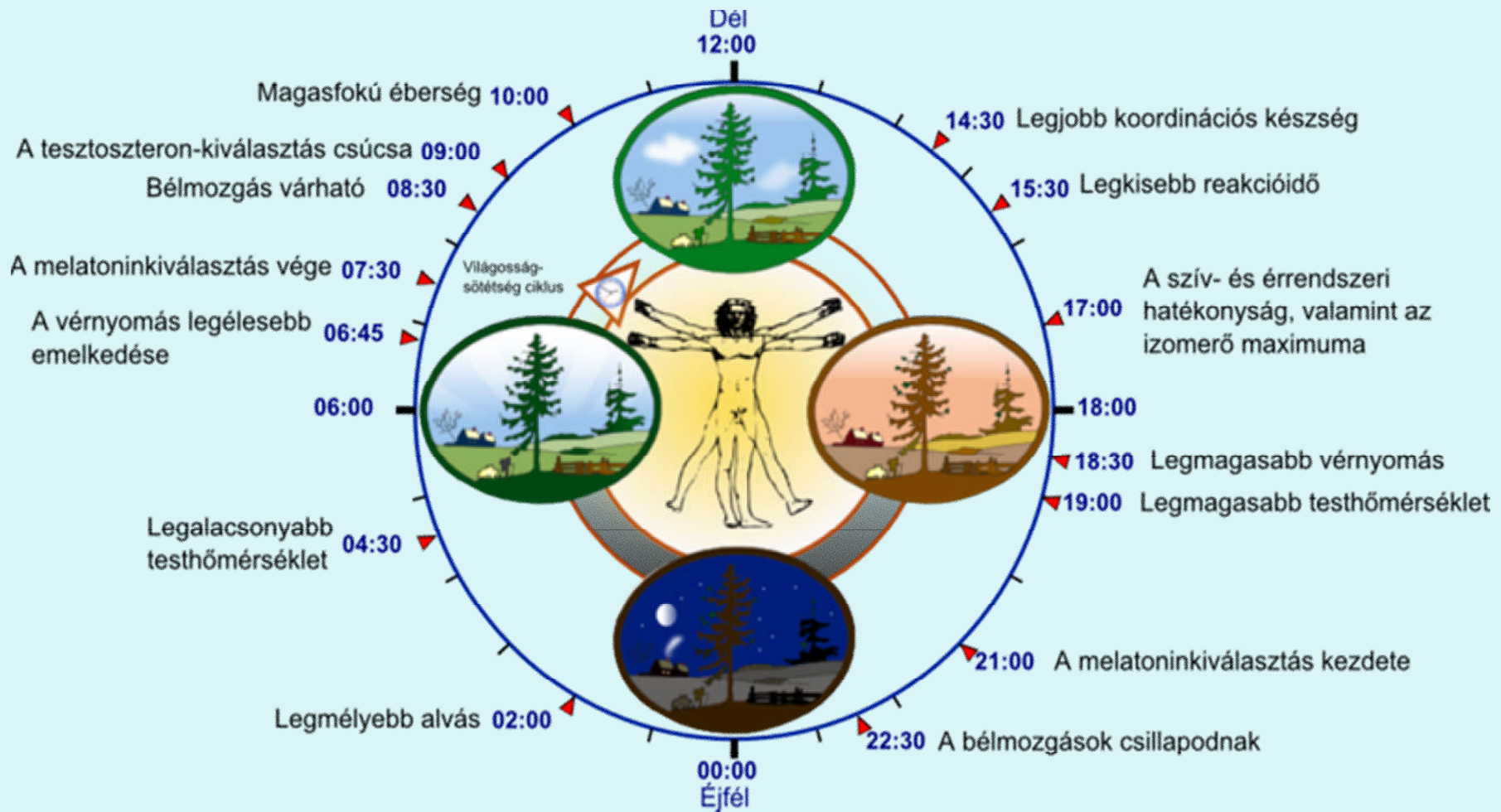


*4th EWCS data

Az alvás és ébrenlét zavarai

- ***insomnia*** az alvászavarok leggyakoribb formája, az alvászavarok közel 70%-át teszi ki. Jellemzője az alvás időtartamának megrövidülése, zaklatott volta, melyet nappali fáradtság, aluszékonyság követ. Az insomnia hátterében leggyakrabban a ***munkahelyi stressz állhat***
- ***A cirkadián ritmus zavara*** (az alvás-ébrenlét ciklus zavarai) - a fiziológias alváskészség és a valós időzítés diszharmóniája okozza az alvászavart. A cirkadián (naponta ismétlődő) ritmikus aktivitást vezénylő agyi központok rendellenes működése miatt a páciens **nappal, nem kívánt időpontokban nyomja el az álmot.** Kialakulhat külső okok miatt, mint pl. ***a váltott műszak,***
- Problémát jelent, ha a ***váltott műszak terheléséhez*** hozzájön a pszichés megterhelés, ***a munkahelyi stressz, amely magában is egészségi és biztonsági kockázatot jelent.***

Biológiai óra - Cirkadián ritmus



A cirkadián ritmus zavarának negatív hatásai

- A váltott műszakban dolgozók felborult circadián ritmusával összefüggésben jelentkező alváshiánya szomatikus panaszok és tünetek fellépését vonja maga után.
- A váltott műszakban dolgozóknak sokkal több gyomor-panaszuk van (különösen a gyomorégés és az emésztési nehézségek), menstruációjuk rendszertelen, gyakrabban esnek vírus- és egyéb, bakteriális infekció áldozatául, és küszködnek súlytöbblettel nappal dolgozó társaikhoz képest.
- A szívproblémák és a magas vérnyomás ugyancsak gyakoribbak náluk. A fáradt váltott műszakosoknál a munkahelyi és közlekedési balesetek ugyancsak gyakoribbak, különösen a munkába jövet és menet.

Alvás és teljesítmény

A napi 24 órás ritmus szerint működő belső, úgynevezett circadián óra ritmusát a váltott műszak felborítja. Ennek nemkívánatos következményei részben az alvásidő töredezettségével, elégtelen minőségével és mennyiségével függnek össze, részben pedig az alváshiányból eredő napközbeni irritabilitás, koncentrációgyengeség, hangulati labilitás okoz szubjektív és objektív panaszokat. A váltott műszakban dolgozók kritikus helyeken töltenek be funkciót – az egészségügyben, a kórházakban, a rendőrség kötelékében, a szállítmányozásban és a kézi munkát igénylő ipari létesítményekben –, így fontos, hogy alváselégtelenségük (inszomnia) minél teljesebb körben megoldást nyerjen.

A munkahelyi stressz egészségi kockázatai

Feszültség forrása lehet a túlzott főnöki elvárás, túlkapás, megfélemlítés, bizonytalanság, információhiány, kis hatáskör, nagy felelősség. A munkahelyi stressz szív- és érrendszeri megbetegedéseket, magas vérnyomást, szívinfarktust, érelmeszesedést okozhat. De ezeken kívül az egész testre hatással lehet, a legkülönbözőbb tünetekkel. A stressz gyakori kezdeti tünete az alvászavar, a diaré, a gyomorpanaszok, végül fekélybetegség is kialakulhat.

A munkahelyi stressz szerepe a munkabiztonsági kockázatban

- A munkavégzésben rendkívül fontos szerepe van a figyelemnek. Ez különösen vonatkozik a balesetveszélyes tevékenységekre. A váltóműszak okozta egészségi és egyéb pszichés problémák könnyen elterelik a figyelmet. Ehhez hozzájárulhat a végzett munka okozta időnyomás, veszélyhelyzet, amely magában is balesetveszélyt jelent.
- Elmondhatjuk tehát, hogy a munkahelyi stressz helyzethez hozzáadódva a váltóműszak okozta alvászavarok, amelyek figyelemeltereléssel járnak, különösen nagy biztonsági kockázatot jelentenek.

Hazai adatok a műszakos munkáról – KSH 2004.

- *Több műszakban az alkalmazottak egyötöde dolgozik; a férfiak valamivel nagyobb arányban, mint a nők.*
- *Rendhagyó munkarend az alkalmazásban állók mintegy 13%-át jellemzi, s ez is jobbra a férfiakat. Az esti, éjszakai és hétvégi munkavégzést *antiszociális munkarendek* gyűjtőnéven szokás emlegetni. Ezeket rendszeresen ugyan keveseknek kell vállalniuk, de alkalmanként sok embert érintenek. A férfiak előfordulása itt is sokkal gyakoribb, mint a nőké.*
- *Rendszeresen este a férfi alkalmazottak 11%-ának és a nők 7,6%-ának kell dolgoznia. Az *éjszakai munkában* 7,7 ill. 3,9%-uk érintett. Általában *szombat*ra esik minden tizedik alkalmazottnak a munkaidő-beosztása, továbbá a férfiak 8,1%-ának és a nők 5,5%-ának *vasárnapra*.*

VDSZ felmérés előzetes adatai

családi állapota	Válaszok
nőtlen/hajadon	308
házas vagy élettársi kapcsolatban él	1493
különél vagy elvált	193
özvegy	52
kapcsolata van, de nem élnek együtt	101

VDSZ felmérés előzetes adatai

A kitöltők statisztikai adatai:

A kérdőívet teljesen kitöltő személyek száma:	2147
Férfi:	1525
Nő:	622
Életkori átlag:	44.3 év

Műszakos munkarendben eltöltött évek – VDSZ felmérés


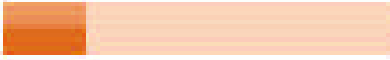

22. Eddig eltöltött munkaviszonyából hány évet dolgozott/dolgozik műszakos (éjszakai, váltóműszakos) munkarendben



Látható, hogy a megkérdezettek több mint kétharmada 10 évnél régebb óta dolgozik több műszakban.

A többműszakos munkarend hátrányai – VDSZ felmérés

40. Megítélése szerint a műszakos munka hátrányosan hat

az egészségi állapotára	1213		56.5%
a munkavégző képességére	204		9.5%
a családi életére	456		21.2%
a baráti és egyéb szabadidős tevékenységére	205		9.5%
a szociális viszonyaira	69		3.2%
Összes válasz	2147		

A 2147 kitöltő közül a legtöbben ezt a választ adták: "az egészségi állapotára".
A legritkábban ezt a választ adták: "a szociális viszonyaira".

Mennyire lehet megszokni a műszakos munkát?

34. Megítélése szerint Önénél a műszakos (az éjszakai, váltóműszakos) munka:
nem okoz panaszt, mert már megszokta a műszakos munkát

IGEN	821		38.2%
NEM	1326		61.8%

A megkérdezettek csaknem kétharmada szerint nem lehet a műszakos munkát megszokni!

Megítélése szerint Önnél a műszakos munka...- VDSZ felmérés

- **túlzott idegi és érzelmi megterhelést okoz**

• NEM	860	40%
• IGEN	1292	60%

tartós elfáradással, kimerüléssel, alvászavarral jár

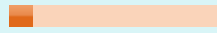
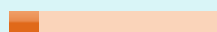
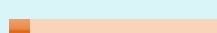
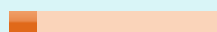
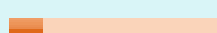
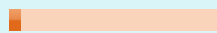
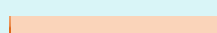
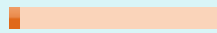
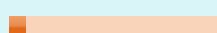
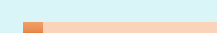
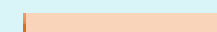
• NEM	412	19.1%
• IGEN	1740	80.9%

munkahelyi stresszt vált ki

• IGEN	1346	62.5%
• NEM	806	37.5%

Alvási problémái vannak

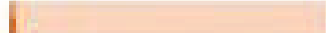
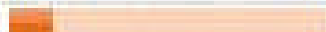


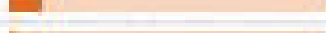


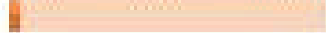

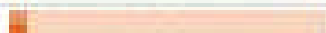



(több válasz is lehetséges)

műszak után elalvási nehézsége van	799		12%
felületesen, rosszul alszik	989		14.9%
nappali aluszékonyosság (TV előtt, gépkocsiban, ebéd után alkohol nélkül is)	710		10.7%
kialvatlan, alváshiánya van	900		13.6%
éjszakai műszakban fáradt, álmos	1073		16.2%
szabadnapon sem tud aludni	430		6.5%
rendszeresen altatót szed	64		1%
nem biztosítottak a nappali alvás feltételei (elsötétítés, csend, klíma)	378		5.7%
fentiek miatt feszült, ideges, depressziós	541		8.1%
nehezen ébred	595		9%
egyéb	160		2.4%
Összes válasz	6639		

A 2152 kitöltő közül a legtöbben ezt a választ adták: "éjszakai műszakban fáradt, álmos".

Egészségi panaszok előfordulása – VDSZ felmérés

64. Az alábbi panaszok rendszeresen előfordulnak Önnél:
(több válasz is megadható) (több válasz lehetséges) (Opcionális kérdés)

érezésvizsi panasz	195		2.5%
nyak-, váll-, hátfájás	1131		14.3%
derékfájás	1237		15.7%
fejfájás	814		10.3%
szívpanasz	232		2.9%
izületi panasz	924		11.7%
köhögés, fulladás	306		3.9%
emésztőszervi	343		4.3%
gyomor panasz	491		6.2%
idegesség, szorongás	812		10.3%
alvászavar	1106		14%
csökkent étvágy	272		3.4%
egyéb, éspedig	35		0.4%
Összes válasz	7898		

VDSZ felmérés – egészségi panaszok jelentkezése

35. Hány évi műszakos munka után jelentkeztek a fenti kérdéseknél említettek panaszai
(Opcionális kérdés)

nem tudja	136		8.6%
5 évnél korábban	739		46.6%
úgy 10. év körül	368		23.2%
15 éves műszakozás után	299		18.8%
30. évet követően	45		2.8%
Összes válasz	1587		

A 2147 kitöltő közül a legtöbben ezt a választ adták: "5 évnél korábban".
A legritkábban ezt a választ adták: "30. évet követően".

A többműszakos munka biztonsági kockázata – VDSZ felmérés

39. Volt-e már Önnek

munkabalesete

IGEN	705		32.8%
NEM	1442		67.2%

üzemi úti balesete

IGEN	268		12.5%
NEM	1879		87.5%

foglalkozási megbetegedése (mérgezése)

IGEN	162		7.5%
NEM	1985		92.5%

"munkabalesete" A leggyakoribb válasz: "NEM". A legritkább válasz: "IGEN".

"üzemi úti balesete" A leggyakoribb válasz: "NEM". A legritkább válasz: "IGEN".

"foglalkozási megbetegedése (mérgezése)" A leggyakoribb válasz: "NEM". A legritkább válasz: "IGEN".

A kérdés azért jelentős, mert a válaszadók 38,5 %-a fokozottan balesetveszélyesnek tartja munkáját. Az adatok között feltűnő nagy számban szerepelnek a munkabalesetek. Érdeemes lenne összevetni más, egy műszakban dolgozó üzemek adataival.

Következtetések – javaslatok 1.

- **Kiindulás:**

EU tendencia - a heti munkaidő nem csökken



- a műszakos munkavégzés megmarad
- intenzívebb lesz a munkavégzés
- a munkahelyi kockázatok változnak

- **Hátrányok:**

megmaradnak, de kezelni kell → új, több, kiterjedtebb kompenzáció

- **EU – nemzeti – ágazati – vállalati szintű megoldások (KSZ):**

- szabályozással
- új munkaszervezési intézkedések bevezetésével
- az egészségvédelem fejlesztésével
- új munkahelyi szolgáltatások bevezetésével
- plusz juttatásokkal

Következtetések – javaslatok 2.

- Műszakos foglalkoztatás fenntartása - **társadalmi párbeszéd** a szakmai indokok figyelembe vételével
- **Átfogó szabályozás** (munkaügyi, munkavédelmi, foglalkoztatás-politikai szempontok és a nyugdíj reform – 2011. „új” karkedvezményes nyugdíj)
- **Munkaszervezés terén:**
 - munkaidő, éjszakai munka csökkentése, kevesebb túlmunka
 - rövid műszakváltás („előre”), rugalmas munkaidő beosztás, szünetek
 - több és „jobb” pihenőidő és pótszabadság biztosítása
- **Munkavédelmi feltételek javítása:**
 - munkahelyi (fizikai) környezet terén (expozíció csökkentése)
 - munkahelyi szociális környezet és jó közérzet
 - a munkahelyi egészségvédelem fejlesztése új típusú szolgáltatásokkal: (alvász problémák - tréning, munkahelyi stressz mérés - tréning, stb.)
- **Kompenzációk:**
 - új típusú „karkedvezmény” a műszakos dolgozóknak
 - bér, pótlék, egyéb juttatások: szabadság, üdülés, rekreáció, utazás, étkezés, alvás - támogatás, kiegészítő egészségpénztári szolgáltatások



***Köszönöm megtisztelő
figyelmüket!***