

Työpaikat tukemaan osatyökykyisten työssä jatkamista

Sairauksista kärsivien työssä selviytymistä ja työhön paluuta sairauspoissaolon jälkeen kannattaa tukea. Tämä ei kuitenkaan onnistu pelkästään lääketieteen tai työterveyshuollon keinoin, vaan onnistumiseen tarvitaan työnantajan vahvaa panosta töiden järjestelyssä ja työtehtävien muokkaamisessa.

Kesällä 2012 voimaan astuneet lain muutokset korostavat työterveyshuollon merkitystä jäljellä olevan työkyvyn arvioinnissa ja työpaikan tukitoimenpiteitä työhön paluussa.

Lisäksi työnantajia kannustetaan luomaan työmahdollisuuksia osatyökykyisille. Samoin osatyökykyiset tarvitsevat kannusteita, jotka ohjaavat heitä valitsemaan kuntouttavan työn passivoivan sairauspoissaolon sijaan.

Työmarkkinajärjestöjen on hyvä työskennellä yhdessä siten, että työpaikoille saadaan luotua toimivat mallit nykyisten käytännön ongelmien ratkaisuun.

Sairaus vie harvoin koko työkyvyn

Liikuntaelinten sairaudet ovat yleisin työkyvyttömyyden syy. Kelan tilastot sisältävät vain yli kaksi viikkoa kestäneet sairauspoissaolot. Kuitenkin suuri osa poissaoloista on tätä lyhyempiä, ja niiden kustannukset kohdistuvat suoraan työpaikoille.

Liikuntaelinten vaivat aiheuttavat vain harvoin täydellistä työkyvyttömyyttä. Usein vaivat estävät vain joidenkin raskaiden tai pitkään kestävien tehtävien suorittamista. Vaivat uusivat helposti, jos näitä haitallisia tekijöitä ei voida välttää. Siten pelkästään hyvä lääketieteellinen hoito ei takaa työkyvyn palautumista. Sama pätee moniin muihinkin sairauksiin.

Tutkimustietoa tuen merkityksestä

Työpaikan aktiivinen toiminta lisää työhön paluun mahdollisuutta sairauspoissaolon jälkeen.

Onnistuneissa ratkaisuissa toimitaan seuraavasti:

- Työpaikalta ollaan kannustavasti yhteydessä sairauden vuoksi työstä poissaolevaan henkilöön. Tavoitteena on sujuva paluu työhön.
- Työpaikan, terveydenhuollon ja työntekijöiden välillä on hyvä ymmärrys ja tiedonkulku.
- Työpaikalla on selkeät suunnitelmat ja järjestelyt, miten osatyökykyisen työssä pysymistä ja työhön paluuta edistetään. Asiasta koulutetaan työnjohtoa ja työntekijöitä.
- Työn muokkauksessa huomioidaan myös muut työntekijät, joiden tehtäviin muutos voi vaikuttaa.

Kunnallisten keittiötyöntekijöiden keskuudessa toteutettu tutkimus osoitti:

- Työntekijöillä itsellään on paljon tietoa ja kokemusta työympäristön ongelmista sekä taitoa tuoda esiin toteuttamiskelpoisia kehittämis ehdotuksia. Työntekijät myös sitoutuvat muutoksiin, joiden suunnitteluun he itse osallistuvat.
- Fyysisen työympäristön kehittäminen ei yksin riitä. Lisäksi tarvitaan työn uudelleenjärjestelyjä ja henkistä kuormitusta aiheuttavien tekijöiden muokkaamista.
- Keskeistä on työnantajan ja esimiesten sitoutuminen ja halu viedä asioita eteenpäin.

Rasitussairauksien varhaista ehkäisyä selvittäneessä tutkimuksessa työterveys-huolto, työntekijä ja työnantaja sopivat yhdessä työhön tehtävistä muutoksista:

- Työn tuottavuus aleni jo ennen kuin työntekijällä todettiin tarve sairauspoissaoloon. Tässä vaiheessa toteutettu työpaikan muokkaaminen osoittautui kannattavaksi.
- Työpaikalla tehdyt muutokset auttoivat seurantavuoden aikana työntekijää selviytymään työssään vertailuryhmää vähemmällä sairauspoissaoloilla.

Työtehtäviä muokattiin myös varhaisen osasairausvapaan vaikutuksia selvittäneessä tutkimuksessa:

- Osa-aikainen työskentely onnistuu hyvin, jos työpaikalla voidaan tarvittaessa karsia tai muokata kuormittavimpia työtehtäviä.
- Osa-aikaisen työn mahdollistaminen nopeutti tavanomaiseen työhön paluuta.
- Osasairausvapaalle jääneillä oli vuoden seurannassa 20 % vähemmän työkyvyttömyyspäiviä kuin sairauslomalla olleilla.
- Osasairausvapaan aikana tehty työ ei heikentänyt terveydentilaa.

Tutkimuksesta käytäntöön

Tutkimusnäyttö painottaa hyvien toimintatapojen tärkeyttä sekä terveydenhuollossa että työpaikoilla. Erityisesti liikuntaelinten vaivoissa tulisi lääkäreiden aktiivisesti miettiä yhdessä työnantajan ja työntekijän kanssa sitä, miten työtä voitaisiin mukauttaa tukemaan työntekijän kuntoutumista.

Nykyään Kelan osasairauspäiväraha on käytettävissä vasta parin viikon sairauspoissaolon jälkeen. Eläkevakuutuslaitosten työkokeilukin edellyttää pysyvän työkyvyttömyyden uhkaa.

Tutkimukset korostavat varhaisen tuen merkitystä, joten edellä kuvattuja toimia ja uudenlaista työn muokkausta tarvitaan heti työkyvyttömyyden alussa. Tämä onnistuu parhaiten työpaikan omia toimintatapoja kehittämällä.

Tule-sairaudet numeroina

- Vuonna 2011 työkyvyttömyyseläkkeelle siirtyi tuki- ja liikuntaelinten sairauden vuoksi 8 078 henkilöä (35 % alkaneista eläkkeistä).
- Vuonna 2010 Kela korvasi 15,3 miljoonaa sairauspäivärahopäivää, joista kolmannes (5,1 milj.) oli tuki- ja liikuntaelinten sairauksista. Korvaussummat olivat vastaavasti 813,4 ja 285,2 miljoonaa euroa.

Yhteystiedot

Kari-Pekka Martimo, teemajohtaja
Vaikuttava työterveyshuolto
puh. 050 566 5797,
sähköp. kari-pekka.martimo@ttl.fi,
Haartmaninkatu 1 a, 00290 Helsinki

Esa-Pekka Takala, tiimipäällikkö, ylilääkäri
Työhön liittyvät sairaudet
puh. 030 474 2508, sähköp. esa-pekka.takala@ttl.fi
Haartmaninkatu 1 a, 00290 Helsinki

Irmeli Pehkonen, erikoistutkija
Ergonomia ja käytettävyys
puh. 030 474 2415, sähköp. irmeli.pehkonen@ttl.fi
Haartmaninkatu 1 a, 00290 Helsinki

Lähteet

Institute for Work & Health – Seven 'principles' for successful return to work, Institute for Work & Health, 2007.

http://www.iwh.on.ca/files/seven_principles_rtw_2007.pdf

Keittiön ergonomiaparannukset eivät vähentäneet oireilua. Työsuojelurahaston tiedote, 2009.

<http://www.tsr.fi/tutkimustietoa/tata-on-tutkittu/hanke/?h=104366&n=tiedote>

Yläraajasairauksista kärsivien tuottavuus nousee työterveyshuollon keinoin. Työsuojelurahaston tiedote, 2010. <http://www.tsr.fi/uutistori/tiedotteet/tiedote/-/view/919>

Viikari-Juntura E, Martimo K-P, Kausto J, ym: Osasairausvapaa sairausloman vaihtoehtona tuki- ja liikuntaelinten sairauksissa. Loppuraportti hankkeesta "Osasairausvapaa ja työjärjestelyt liikuntaelinten sairauksissa: satunnaistettu vertailututkimus ja kustannusvaikuttavuusanalyysi". Työympäristötutkimuksen raporttisarja 68. Työterveyslaitos, Tampere 2011.