

Υγεία και Ασφάλεια σε εργαζόμενους άνω των 50 ετών. Ο ρόλος της Ιατρικής της Εργασίας

Θανασιάς Ευθύμιος, MD, MSc, MPH, PhD
Ιατρός Εργασίας

“Ηλικιωμένοι εργαζόμενοι” - μια σύγχρονη πρόκληση...



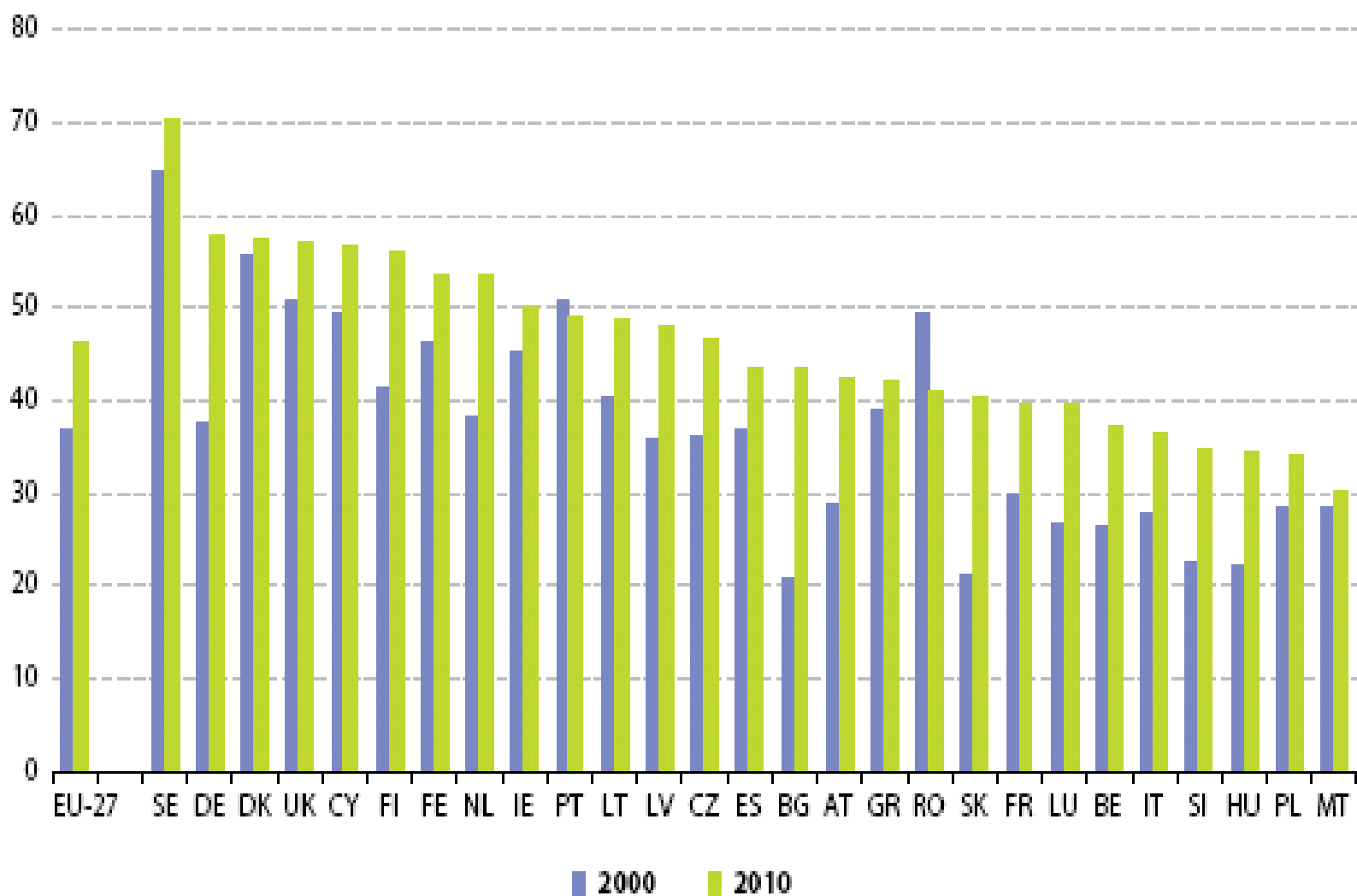
- γήρανση του πληθυσμού, που προκαλείται από την αύξηση της προσδωκόμενης διάρκειας ζωής με την παράλληλη μείωση της γεννητικότητας
- μείωση του αριθμού των ατόμων που εισέρχονται στην αγορά εργασίας
- Πτώση σε πολύ χαμηλά επίπεδα του λόγου εργαζομένων/συνταξιούχων
- οι εργαζόμενοι που εισέρχονται στην αγορά εργασίας μετά το 1995 ξέρουν ήδη πολύ καλά ότι σε 20 χρόνια από σήμερα θα είναι υποχρεωμένοι να συνεχίσουν να εργάζονται μέχρι τα 75 τους χρόνια αν η υγεία τους το επιτρέπει... (Peter F. Drucker)

Key figures in 2010:

Highest:
Sweden with 70.5 %

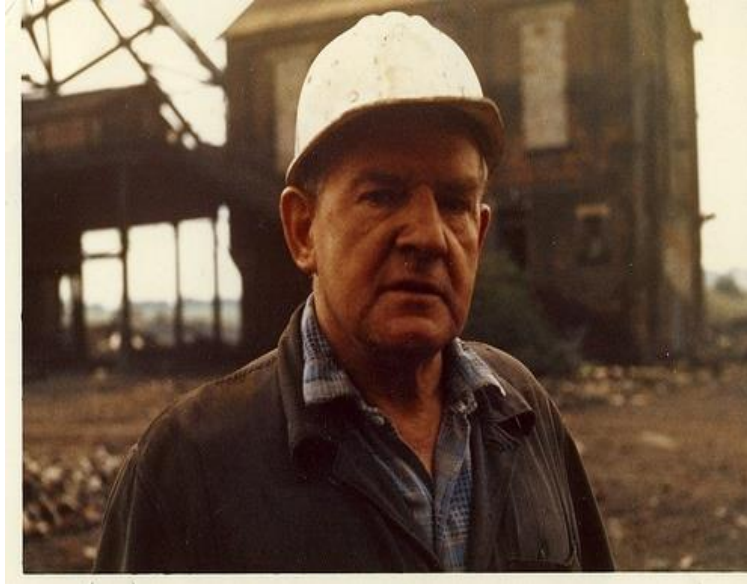
Lowest:
Malta with 30.2 %

Average EU-27:
46.3 %



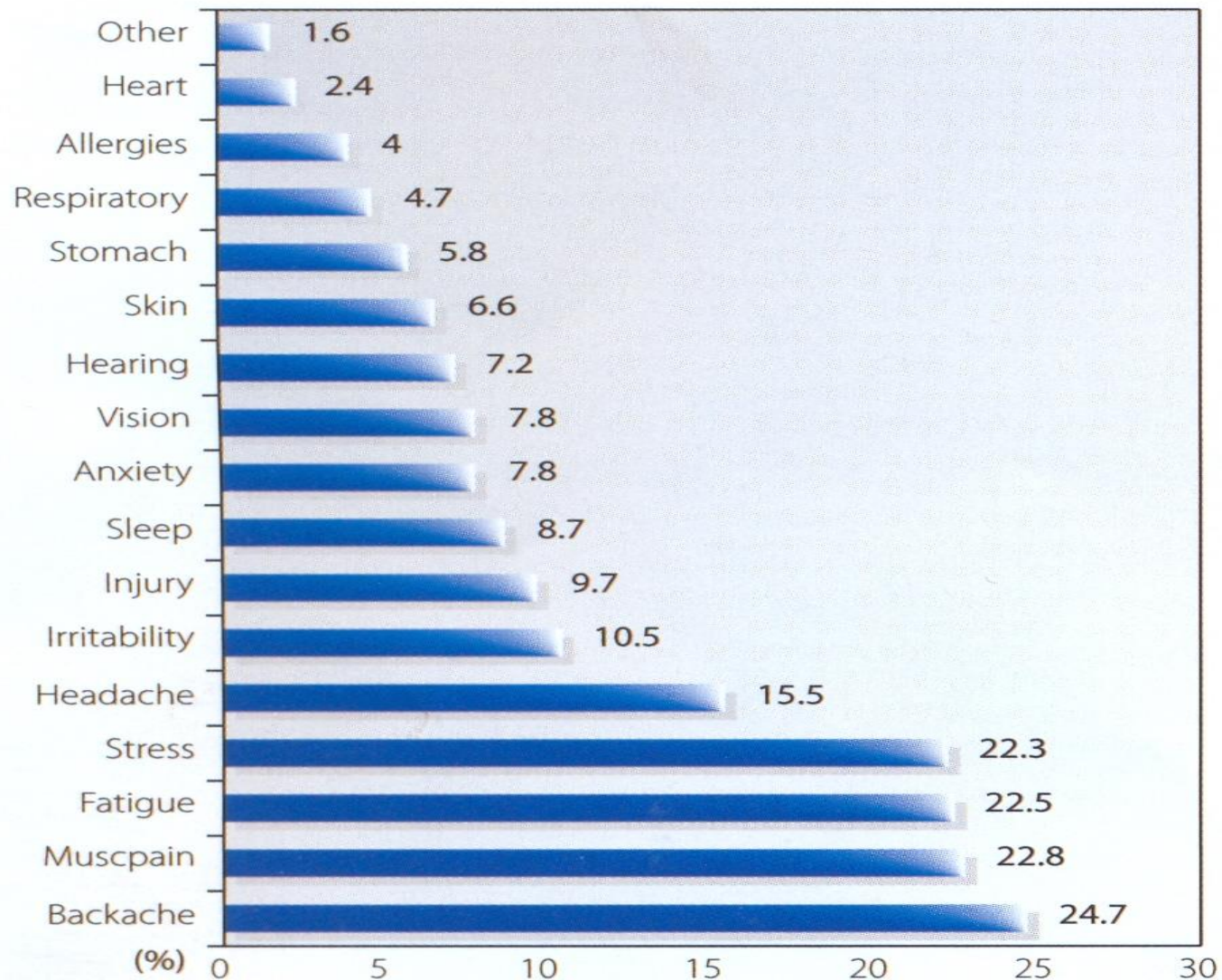


- Το ποσοστό των μεγαλύτερων σε ηλικία εργαζόμενων στην Ευρωπαϊκή Ένωση αναμένεται να αυξηθεί κατά τις επόμενες δεκαετίες. Οι δημογραφικές τάσεις δείχνουν ότι ο ενεργός πληθυσμός ηλικίας 55-64 ετών θα σημειώσει αύξηση της τάξεως του 16,2% (9,9 εκατομμύρια) μεταξύ 2010 και 2030
- Σε πολλές χώρες οι εργαζόμενοι μεγαλύτερης ηλικίας θα αποτελούν το 30% ή και περισσότερο του ενεργού πληθυσμού.

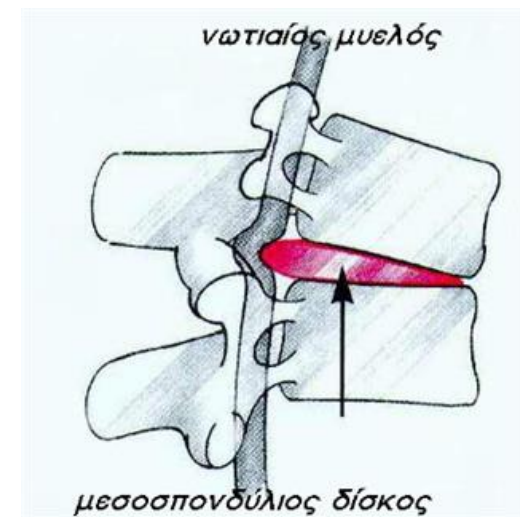


Τα χρόνια προβλήματα υγείας αυξάνονται με την πάροδο της ηλικίας. Το 30% περίπου των εργαζομένων 50-64 ετών αντιμετωπίζει επείγουσα ανάγκη προσαρμογής των συνθηκών εργασίας στα προβλήματα υγείας του, προκειμένου να αποφευχθεί ο κίνδυνος πρόωρης συνταξιοδότησης και ανικανότητας προς εργασία.

Επιβαρύνσεις από την εργασία στην υγεία των εργαζομένων



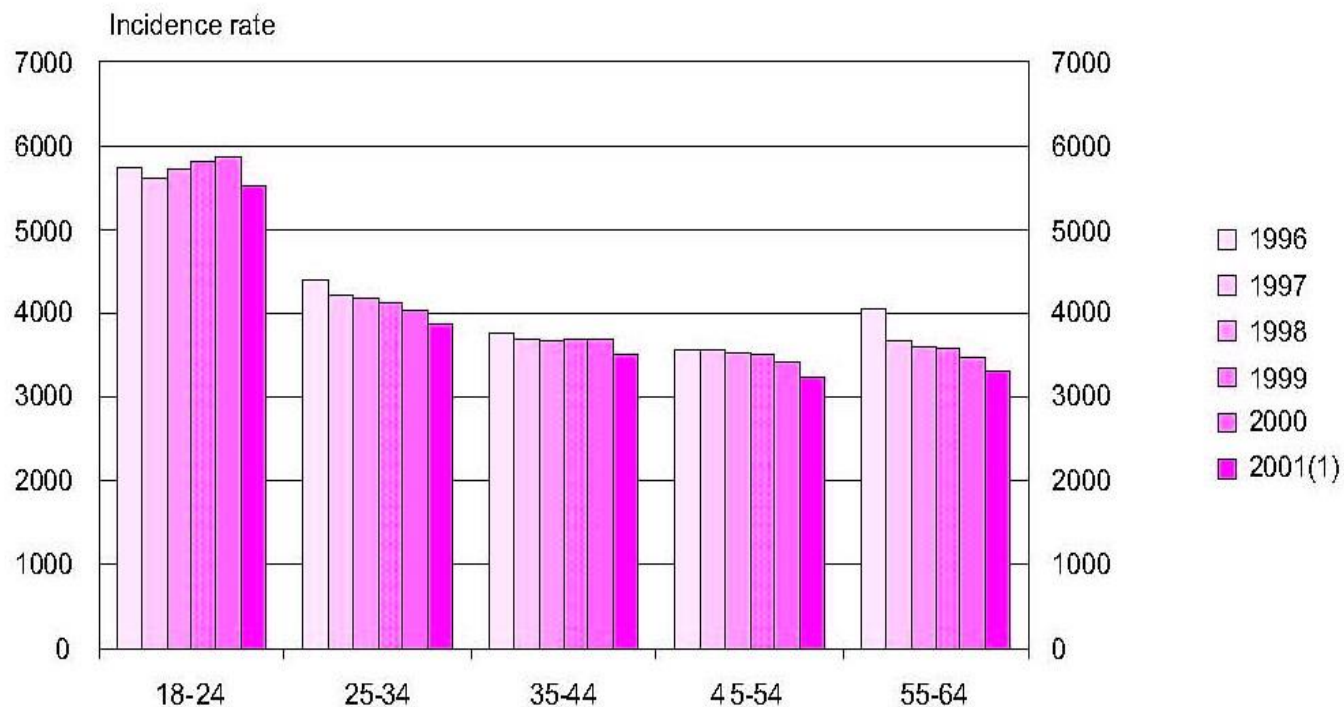
Οστεοπόρωση, κήλη μεσοσπονδύλιου δίσκου, εκφυλιστική σπονδυλαρθρίτιδα και εργασία...



Ποια είναι τα πιο συχνά χρόνια νοσήματα;

- **Καρδιαγγειακά**
- **Καρκίνος**
- **Οστεοαρθρίτιδες**
- **Μυοσκελετικά**
- **Χρόνιες αποφρακτικές
Πνευμονοπάθειες**
- **Διαβήτης**
- **Κατάθλιψη**
- **Νευρολογικά**

Figure 16: Incidence rate of non-fatal accidents at work by age. EU-15, 1996-2001



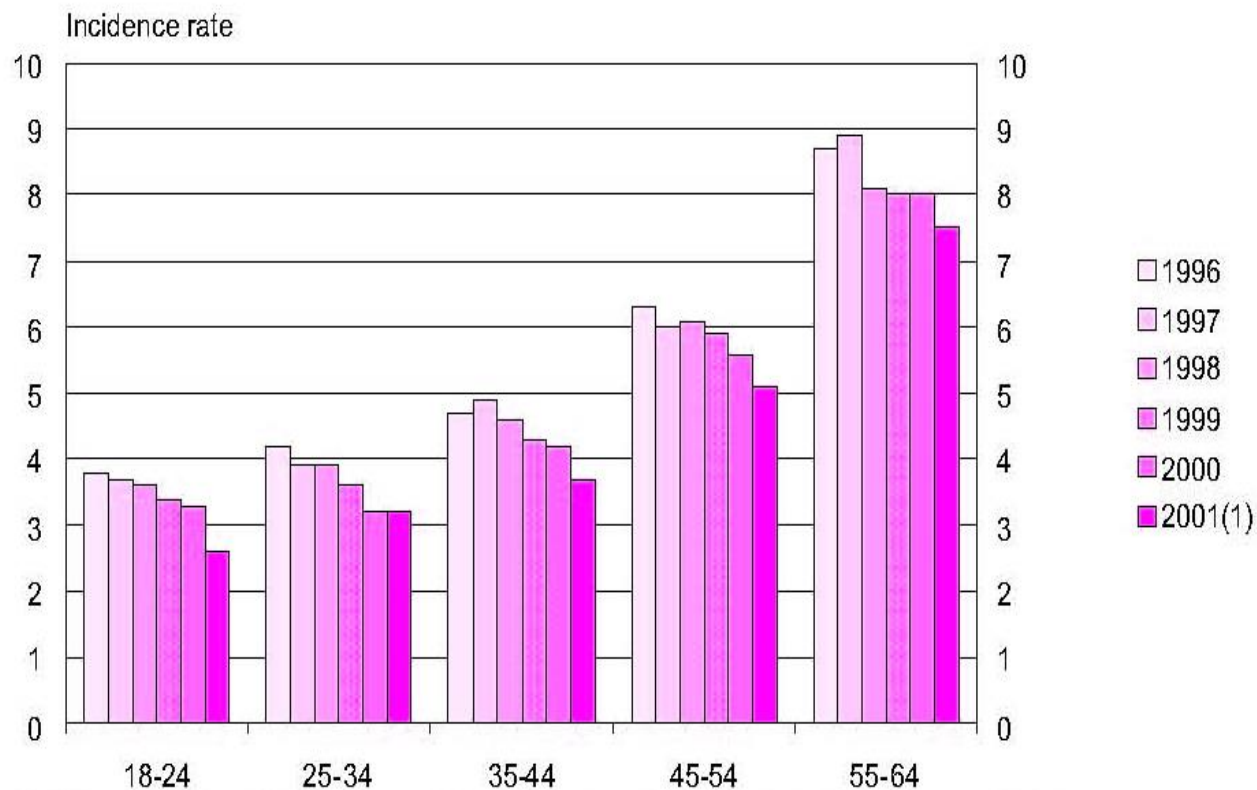
(1) Estimated values. The 2001 values for EU-15 are provisional as for PT only 2000 data were available.

NB: Accidents at work with more than 3 days lost (4 days' absence or more).

Incidence rate per 100 000 workers.

Source: Eurostat - European Statistics on accidents at work (ESAW)

Figure 17: Incidence rate of fatal accidents at work by age. EU-15, 1996-2001



(1) Estimated values. The 2001 values for EU-15 are provisional as for PT only 2000 data were available.

NB: Incidence rate per 100 000 workers. Including road traffic accidents during work.

Source: Eurostat - European Statistics on accidents at work (ESAW)

- Οι εργαζόμενοι μεγαλύτερης ηλικίας μπορεί να είναι λιγότερο ικανοί να ρυθμίσουν τις συνήθειες ύπνου τους. Οι ηλικιωμένοι εργαζόμενοι που εργάζονται βάρδιες ή τη νύχτα μπορεί να έχουν ανάγκη μεγαλύτερου χρόνου ξεκούρασης ανάμεσα στις βάρδιες.
- Τα καρδιαγγειακά νοσήματα, και ο σακχαρώδης διαβήτης είναι επίσης αρκετά αυξημένα στις μεγαλύτερες ηλικίες και αποτελούν περιοριστικούς παράγοντες
- Η καρδιοαναπνευστική ικανότητα και η μυϊκή δύναμη μειώνονται κατά περίπου 1-2% ετησίως μετά την ηλικία των 30 ετών

- Οι πτώσεις είναι η σημαντικότερη αιτία ατυχημάτων και οφείλονται στην κακή ισορροπία, στο βραδύτερο χρόνο αντίδρασης, και τα προβλήματα όρασης. Παράλληλα μπορεί να συνυπάρχουν καταρράκτης και παθήσεις του αμφιβληστροειδούς
- προβλήματα ακοής, καθώς δεν είναι σε θέση να ακούν υψηλότερες συχνότητες, πράγμα που μπορεί να οδηγήσει σε αδυναμία αντίληψης κάποιου κινδύνου που πλησιάζει ή ενός συναγερμού
- λιγότερο ικανοί να προσαρμοστούν στις θερμοκρασιακές μεταβολές οι οποίες μπορεί να είναι σημαντικές ιδιαίτερα σε άτομα που κάνουν έντονη χειρονακτική εργασία.

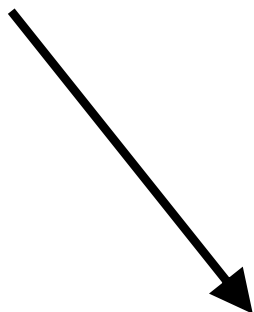
- Η στρατηγική σκέψη, η οξυδέρκεια, η ικανότητα ανεύρεσης ορθολογικών λύσεων, η ολιστική αντίληψη και οι γλωσσικές δεξιότητες αυξάνονται με την ηλικία
- Η επαγγελματική πείρα αντισταθμίζει τη μείωση ορισμένων βασικών γνωστικών διαδικασιών όπως είναι οι λειτουργίες της μνήμης και οι ψυχοκινητικές ικανότητες

Πως επηρεάζονται οι λειτουργίες μας με αυξανόμενη την ηλικία;

Η καλή φυσική
κατάσταση και
το επίπεδο
ενέργειας
μειώνεται



Μειώνεται η
οξύτητα της ακοής
και της όρασης

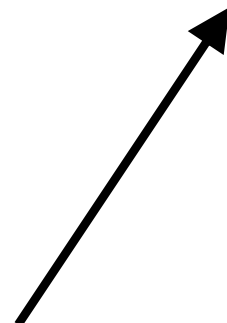


Αλλάζει ο ρυθμός
του ύπνου

Η ικανότητα
προσαρμογής και η
ανθεκτικότητα
μειώνεται



Εμφανίζονται
χρόνιες ασθένειες



Ιατρική της Εργασίας σημαίνει:

Πρώτα ο άνθρωπος!

Εκτίμηση έκθεσης

Σε ποιους παράγοντες
Σε ποιες δόσεις
Με ποια διάρκεια

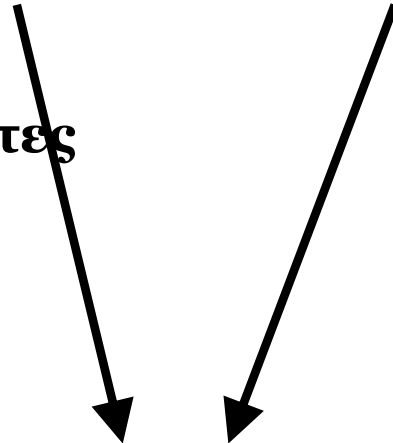
Ιατρική παρακολούθηση

Συμπτώματα
Αποτελέσματα
εξετάσεων
Ιατρική εξέταση
Διάγνωση

Παρακολούθηση της
υγείας με
επιδημιολογικές
μελέτες

Τοξικολογία

Πρόληψη



A. Πρωτογενής Πρόληψη

- **Εντοπισμός, καταγραφή και μελέτη όλων των βλαπτικών παραγόντων που βρίσκονται στον εργασιακό χώρο προτάσεις και μέτρα για την μείωση εάν όχι την εξάλειψη τους.**

B. Δευτερογενής Πρόληψη

- **Κλινικός και εργαστηριακός έλεγχος των εργαζομένων για την έγκαιρη διάγνωση των επαγγελματικών και μη ασθενειών**

Γ. Τριτογενής Πρόληψη

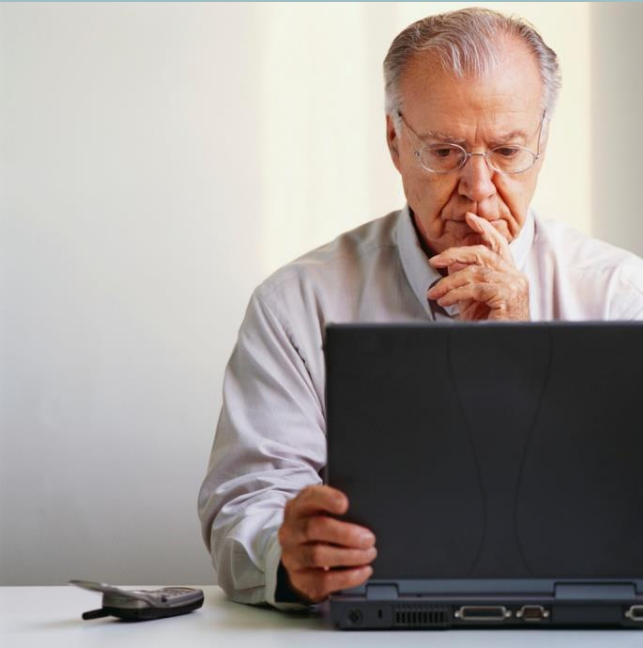
- **Υποδείξεις για το είδος της εργασίας που είναι σε θέση να εκτελέσει ο εργαζόμενος μετά από ένα εργασιακό ατύχημα ή επαγγελματική και μη ασθένεια.**

ΤΟ ΚΟΣΤΟΣ ΤΗΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΕΙΝΑΙ 7 ΦΟΡΕΣ ΜΙΚΡΟΤΕΡΟ ΤΟΥ ΚΟΣΤΟΥΣ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

(περιλαμβάνει: ιατροφαρμακευτική περίθαλψη, την αποζημίωσή, τις χαμένες εργατοώρες, τα πιθανά δικαστικά έξοδα, τις απώλειες στην επιχείρηση από την χαμένη παραγωγή, την επιβάρυνση του ασφαλιστικού συστήματος, το ψυχικό και φυσικό κόστος για τον παθόντα, το συναισθηματικό και οικονομικό κόστος για την οικογένεια καθώς και το αίσθημα απώλειας των κοινωνικών αξιών της αλληλεγγύης και της δικαιοσύνης).

Προσαρμογή της εργασίας στον άνθρωπο

- Σχεδιασμός, προγραμματισμός & τροποποίηση της παραγωγικής διαδικασίας
- Εισαγωγή, χρήση υλών & προμήθειας ΜΑΠ
- Εργονομία, φυσιολογίας & ψυχολογία της εργασίας
- Διαμόρφωση θέσεων & περιβάλλοντος εργασίας
- Υπηρεσία πρώτων βοηθειών
- Αρχική τοποθέτηση, αλλαγή θέσης εργασίας εργαζομένου, επανένταξη



- **Ο επανασχεδιασμός των ατομικών εργασιακών καθηκόντων ανάλογα με τις δυνάμεις, τις ανάγκες και τις ικανότητες των εργαζομένων μεγαλύτερης ηλικίας είναι ζωτικής σημασίας**
- **Η μείωση του σωματικού εργασιακού φόρτου, η εισαγωγή σύντομων διαλειμμάτων στις εργασιακές διαδικασίες και ο συνυπολογισμός των κινδύνων για την υγεία κατά τον προγραμματισμό της εργασίας είναι μέτρα που λαμβάνουν υπόψη την παράμετρο της ηλικίας και των χρόνιων προβλημάτων υγείας που συνεπάγεται**

Η πιο αποτελεσματική στρατηγική: «να προσαρμόσουμε τις συνθήκες εργασίας και να τις κάνουμε πιο φιλικές για τους ηλικιωμένους εργαζόμενους»:

- **Εργονομικές παρεμβάσεις**
- **Κατάρτιση τους στις νέες τεχνολογίες**
- **Ανασχεδιασμός των θέσεων εργασίας**
- **Στήριξη της οικογένειας**
- **Προγράμματα πρόληψης και προαγωγής της υγείας**



- **ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ**
- **ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΤΟΝ ΑΝΘΡΩΠΟ**
- **ΚΑΛΗ ΓΝΩΣΗ ΤΗΣ ΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ**
- **ΣΥΝΕΧΗΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**
- **ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ - ΕΠΑΝΑΚΑΤΑΡΤΙΣΗ**

Συζήτηση

- **Η θέση της Ιατρικής της εργασίας στο Γε.Σ.Υ.**

Ευχαριστώ για την προσοχή σας!

