

Ülekoormus on sagedaseim kutsehaiguse kujunemise põhjus

Egle Heimonen

töötervishoiu tööinspektor

Eestis diagnoositud kutsehaiguste hulgas on füüsilise ülekoormuse tagajärjel tekkinud haigused esikohal. Ülekoormushaiguste põhjusteks võivad olla töö ebaratsionaalne organiseerimine, valed töövõtted, vead raskuste käsitsi teisaldamisel, pikaajaline viibimine sundasendis, üksikute lihaskiudude staatiline pingeline koormus, korduvad samalaadsed liigutused ja liigväsivus.

Mõnele on need kerged häired, mis oluliselt igapäevaelu ei mõjuta, teised on sunnitud otsima arstiabi, puuduma töölt ja viibima haiglas. Sellised häired võivad muutuda kroonilisteks ja suurendavad invaliidistumise ohtu. Raske on töötada, kui kogu keha või mõni lihaskiud on väga väsinud: liigutuste koordineerimine on raskendatud ning lihaste töövõime langeb. Väsimus on eelkõige ülepinge tunnuseks.

2009. aasta juunis diagnoositi maaler-viimistlejal kutsehaigusena ülekoormushaigus, mis avaldus õlaliigese põletikuna ning kaela, õlavöötme ning käte liigeste valuna. Valudele lisandusid käte liigestel põletikulised ja taandarenemise tunnused ning kaela radikuliit.

Kutsehaiguse diagnoosimise ajaks oli 37aastaselt naisel üldist tööstaaži erinevates ettevõtetes kokku 31 aastat. Kutsehaigus kujunes viimase 11 aasta jooksul. Probleem tekkis arstide hinnangul viimase töötaja juures töötades (aastatel 1998-2009). Kutsehaige tööraamatu väljavõttest nähtub, et intensiivsem töö algas juba 1982. aastal. Enamiku üldisest töötamise ajast on ta olnud maaler-viimistleja, aga töötanud ka autojuht-ekspediitorina.

Maaler-viimistlejana töötades on tööasendid ja töö laad vahelduv, kuid võivad tekkida pinged kaelas, õlavöötmes ning randmetes. Pidevate ja korduvate liigutuste tagajärjel ei saa lihased pärast iga lihaskokkutõmmet lõdvestuda ning jäävad pingesse. Samuti esineb raskuste teisaldamist erinevates tööolukordades. Seetõttu on kutsehaiguse diagnoosis ka välja toodud

parema (paljude inimeste töökäsi) õlaliigese ümbruse põletik.

Madal temperatuur suurendab riski

Autojuhi ja ekspediitorina töötades esines raskuste teisaldamist ja sundasendeid. Kuna tegemist oli külmunud kauba laiali vedamisega, on see omakorda teatavaks ohuteguriks. Töötamine pidevas kokkupuutes tavapärasest madalama temperatuuriga suurendab tervisehäirete tekkimise riski. Eriti soodustab see liiges- ja lihaskiudude teket. Töötaja seletustest ja esitatud materjalidest nähtub, et juba aastal 2001 on täheldatud muutusi kaela-õlavöötmes, ka on märgitud käte külmetamine. Siinkohal võib arvata, et kutsehaiguse tunnused võisid tekkida juba enne viimase töötaja juurde tööle asumist.

Kutsehaige ise hindas oma tervise seisundit ning leidis, et tervisekahjustused on tingitud raskest füüsilisest tööst, vaimsest pingest, pidevast müra, töötamisest kõrgustes, tuuletõmbusest, erinevatest kliimaatilistest tingimustest, pidevast sundasendist. Sellega seoses on tekkinud kaela- ja seljavalud, peavalud, nägemiskahjustus, tasakaaluhäired, käte värisemine ja suremine, käte tundlikkuse häired, valud liigestes.

Kutsehaige on aastate jooksul töötanud kümnekonna erineva töötaja juures, kuid uurimine viidi läbi vaid neist viimase puhul, sest varasemad töötajad ei tegutsenud enam (pankrotis, likvideeritud jms).

Töötaja suunas töötaja 11 tööaasta jooksul perioodiliselt tervisekontrolli (vahemikus 1998-2009). Igal tervisekontrollil tegi arst erinevaid tähelepanekuid alates 2002. aastast: vältida tuuletõmbust, lubatud raskuste teisaldamine kuni 5 kg ning vältida töötamist käed õlavöötme kõrgemal asendis, lubatud töötada kergendatud tingimustes jne. Uurimise käigus selgus, et peaaegu pool ajast on töötaja olnud töövõimetuselhel, seega sel ajal ei viibinud ta tegelikult töökeskkonnas ning ei puutunud kokku sealsete ohuteguritega. Samuti

Olulisim on töötajate teavitamine, et arsti otsus on eelkõige neile täitmiseks kohustuslik.

Mis juhtus?

selgus, et töötajale oli määratud töövõime kaotus 60% juba pärast nelja-aastat töötamist selles ettevõttes, kuid tööandja ei olnud sellest teadlik kuni kutsehaiguse diagnoosimiseni.

Tööandja ei saa aidata, kui töötaja varjab probleeme

Tööandja on töökeskkonna ja töötingimuste osas pidevalt teinud parendusi ning tervishoiu ja tööohutuse osas on ettevõttes toimivad struktuurid. Töötaja viis läbi juhendamisi ning registreeris neid. Riskihindamine ning töökeskkonna ohutegurite mõõdistusi oli teostatud vastavalt nõuetele. Töötajatele võimaldatakse tervise taastamise protseduure (massaaž, ujumine jms). Tööandjapoolsel kutsehaiguse uurimise võeti ka seletused kaastöötajatelt, kes kinnitasid, et konkreetse kutsehaige töö-

koormus oli väiksem võrreldes teiste töötajatega (tööpäev on teistega võrreldes lühem, tööde maht väiksem).

Taalise juhtumi puhul jääb kumama asjaolu, et töötaja teadlikult varjas oma osalist töövõimetust ligi seitse aastat. Sellises olukorras ei saa ka tööandja lisameetmeid tarvitusele võtta, näiteks töö ümberkorraldamine selle töötaja jaoks või paigutamine talle sobivale ametikohale. Nii töötaja kui ka tööandja peavad järgima oma õigusi ja kohustusi tervishoiu ja tööohutuse seaduses sätestatu alusel. Olulisim on töötajate teavitamine, et arsti otsus on eelkõige neile täitmiseks kohustuslik. Tööandja ja töötaja peaksid sellises olukorras olema partnerid ja tegema koostööd, et selgitada välja võimalikud ja mõlemale osapoolle sobivad lahendused.