

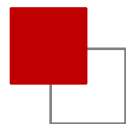
HRVATSKI ZAVOD ZA ZAŠTITU ZDRAVLJA I SIGURNOST NA RADU

Croatian Institute for Health Protection and Safety at Work



PSIHOSOCIJALNI RIZICI

Prim.dr.sc.Marija Zavalić

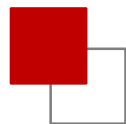


PSIHOSOCIJALNI RIZICI

Definicija psihosocijalnih rizika: "... Svi aspekti rada, uključujući upravljanje poduzećem, organizaciju posla na nivou pojedinih radnih jedinica, smisao i sadržaj pojedinog posla, **koji kod radnika mogu uzrokovati oštećenje psihičkog ili fizičkog zdravlja**"



Cox and Griffiths (1995)

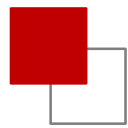


Organizacija posla može dovesti do „stresnog“ radnog okoliša, što se može očitovati na razne načine (nedostatak kontrole na poslu, kraći godišnji odmor, prekovremeni rad, nesigurnost posla, slabi izgledi za napredovanje, nedostatak podrške kolega ili rukovodstva, nedostatak informacija, sukob između uloge obitelj –posao).



(Griffiths, 1998)





UČINAK POVIŠENE RAZINE PSIHOSOCIJALNIH RIZIKA

Izloženost psihosocijalnim rizicima može dovesti do stresa među zaposlenicima,

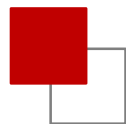
Što najprije
rezultira slabim radnim učinkom



Kod produljenog djelovanja mogu se javiti **ozbiljni zdravstveni problemi.**

Prema Europskoj agenciji za sigurnost i zdravlje na radu (EU-OSHA), stres na radnom javlja se

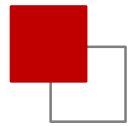
'kada zahtjevi radnog okruženja premašuju sposobnost radnika da
se suoči njima ili ih više ne može kontrolirati (savladaavati)'
(EU-OSHA, 2009).



Postaju dokazi da psihosocijalni rizici dovesti do povećanja izostanaka s posla, smanjene produktivnost i učinkovitost i te smanjenja prometa poduzeća.

(Europska Komisija, 2002; Hoel i sur., 2001).



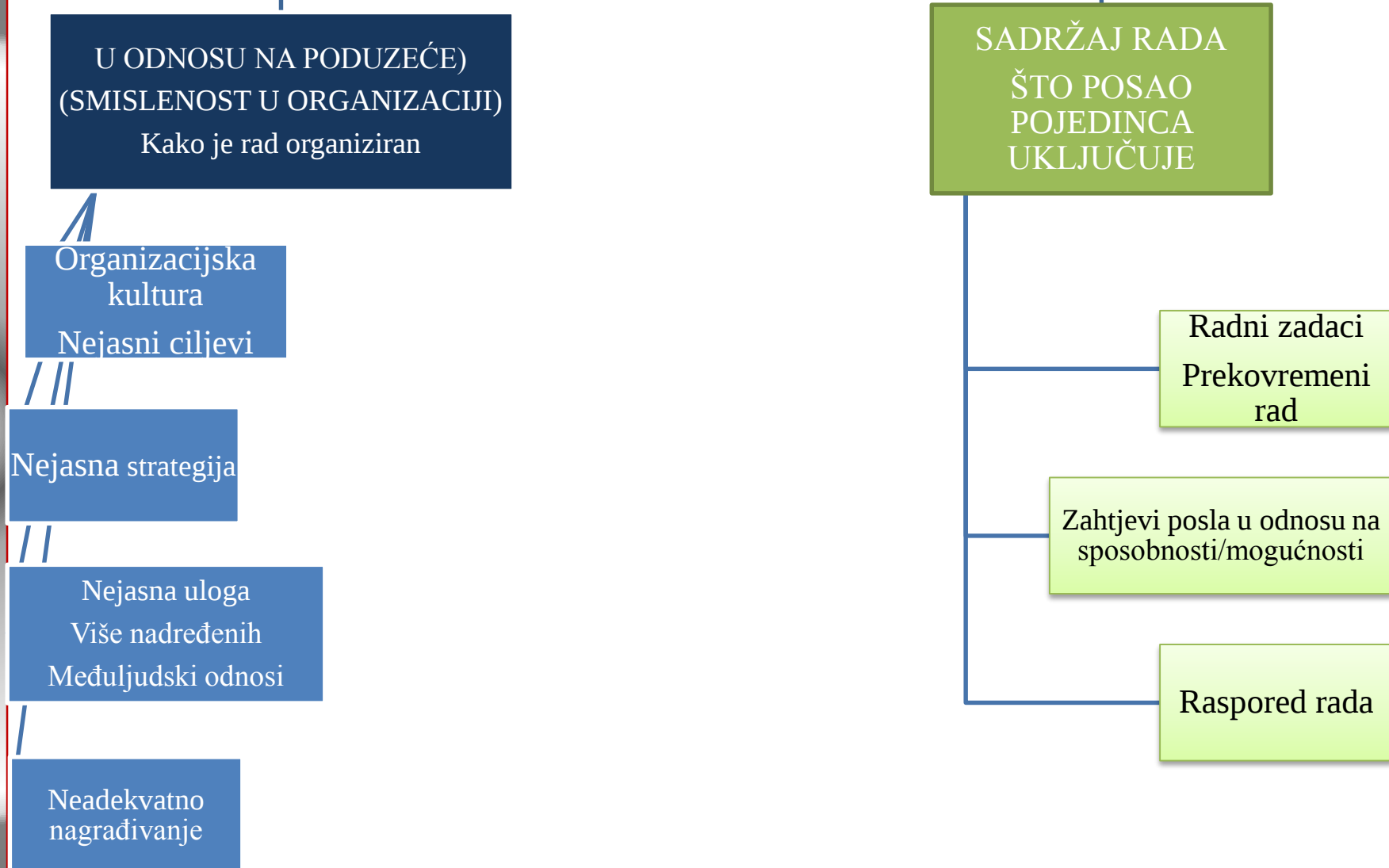


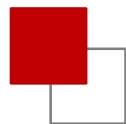
PSIHOSOCIJALNI RIZICI

Psihosocijalni rizici na radu prepoznati su kao mogući uzrok oštećenja zdravlja.



PSIHOSOCIJALNI RIZICI





PSIHOSOCIJALNI RIZICI

EU-OSHA:

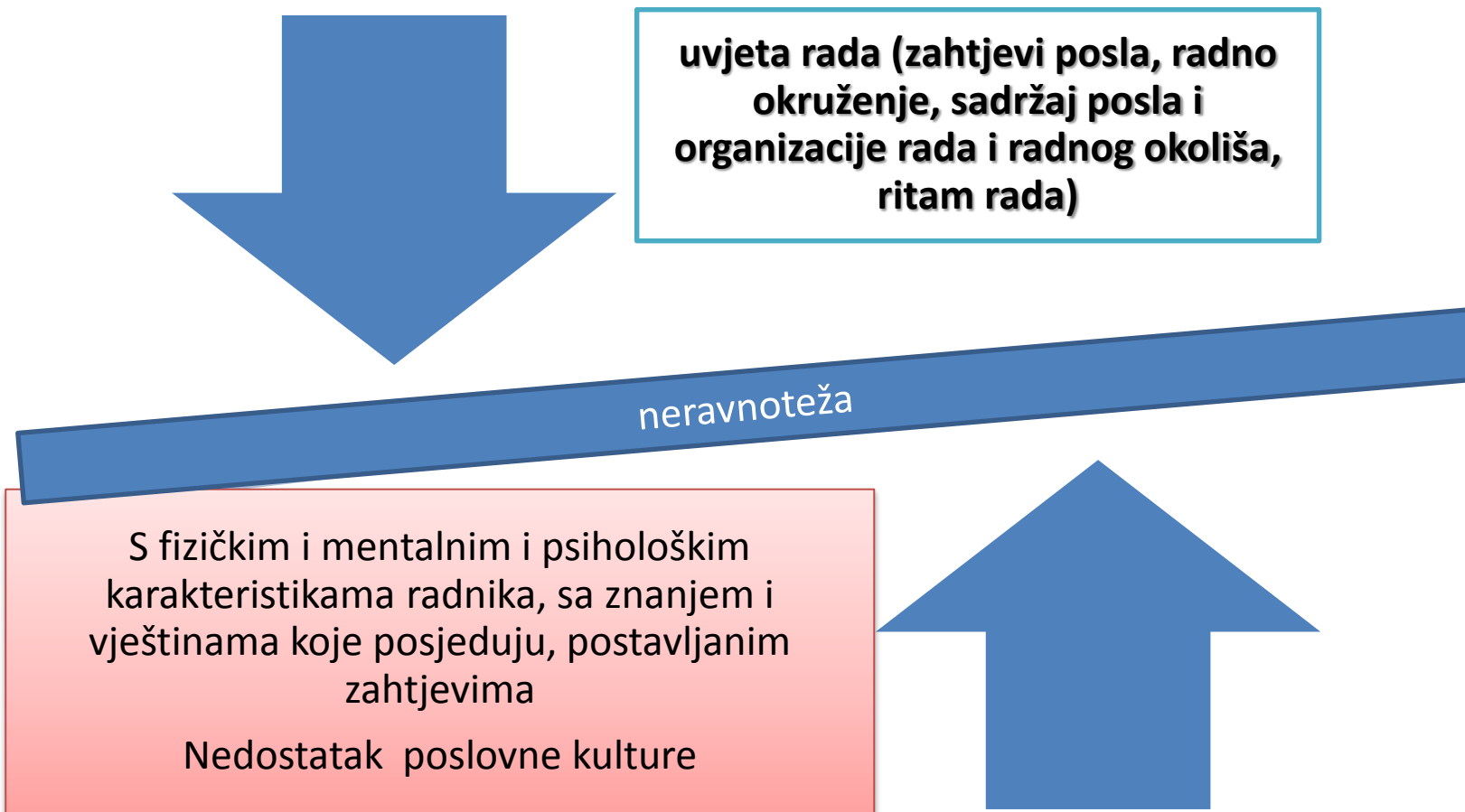
Visoka razina psihosocijalnih rizika posljedica je lošeg

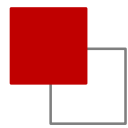
- Planiranja posla
- Loše organizacije posla
- Lošim upravljanjem ljudima koji rade
- Lošim međuljudskim odnosima

**SVE OVO MOŽE DOVESTI DO DISTRESA NA
POSLU**

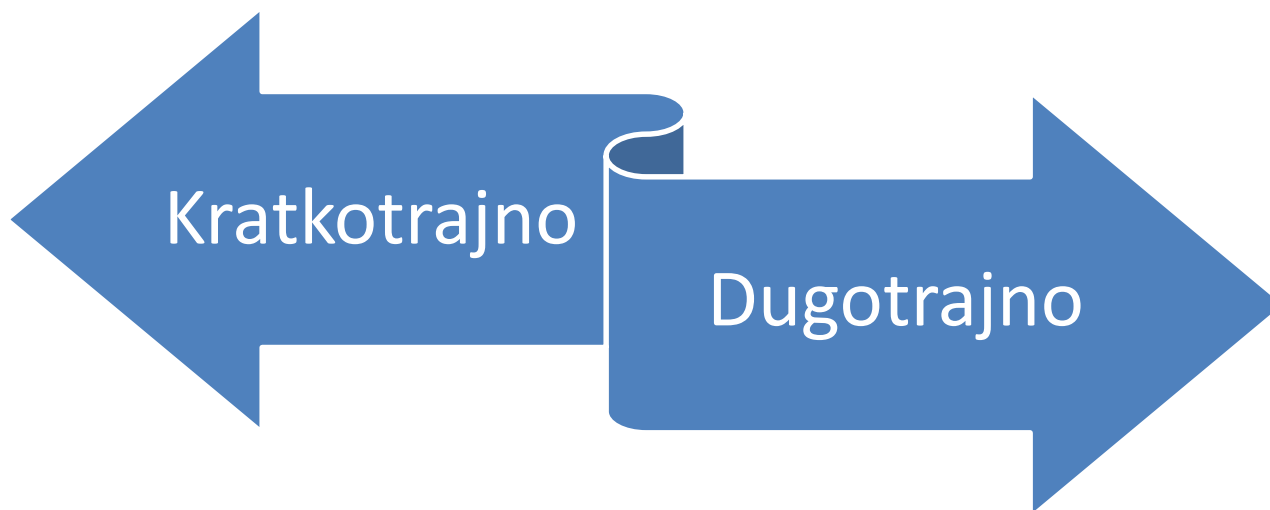


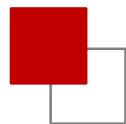
MOR 1986. : " povećana razina psihosocijalnih rizika i njihove potencijalne nuspojave na poslu proizlaze iz sukoba između ...".





UČINCI –TRAJANJE POVIŠENIH RAZINA PSIHOSOCIJALNIH RIZIKA





Izloženost psihosocijalnim rizicima povećava razinu stresa na poslu do te mjere da uzrokuje oštećenje psihičkog i/ili fizičkog zdravlja radnika .



Bez stresa nema života

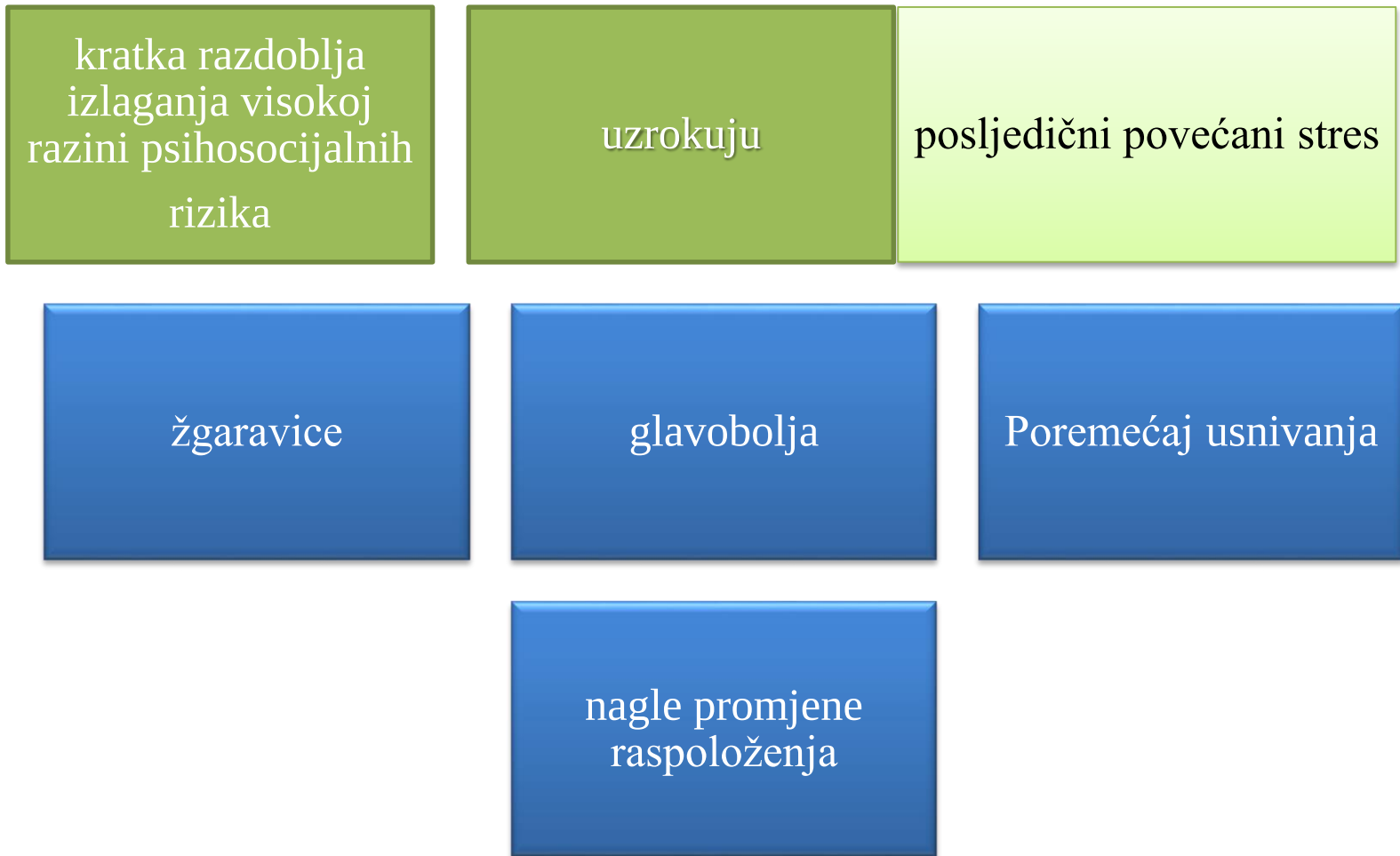
Seyle



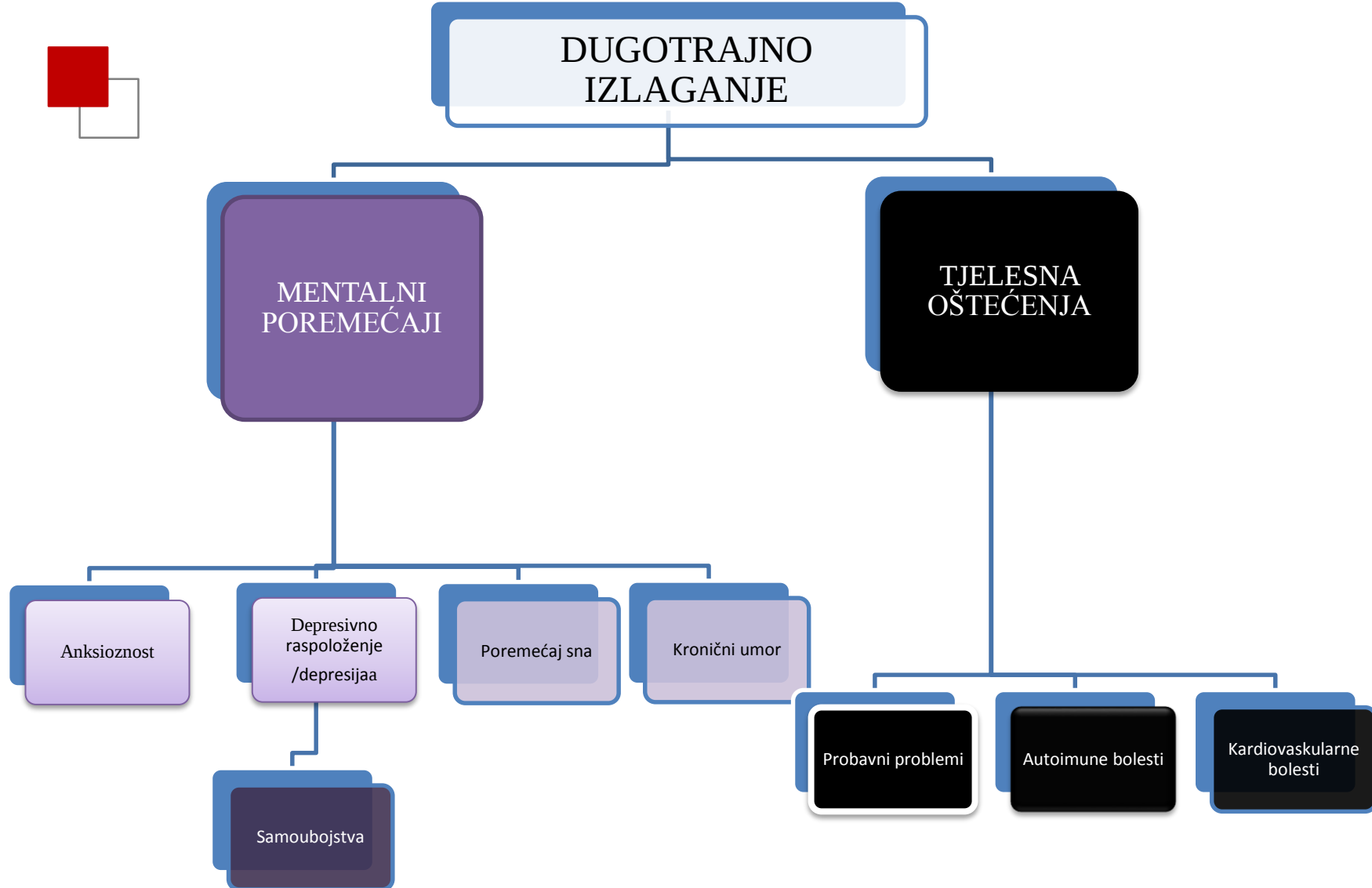
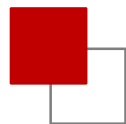
Stres priprema tijelo za "borbu ili bijeg"



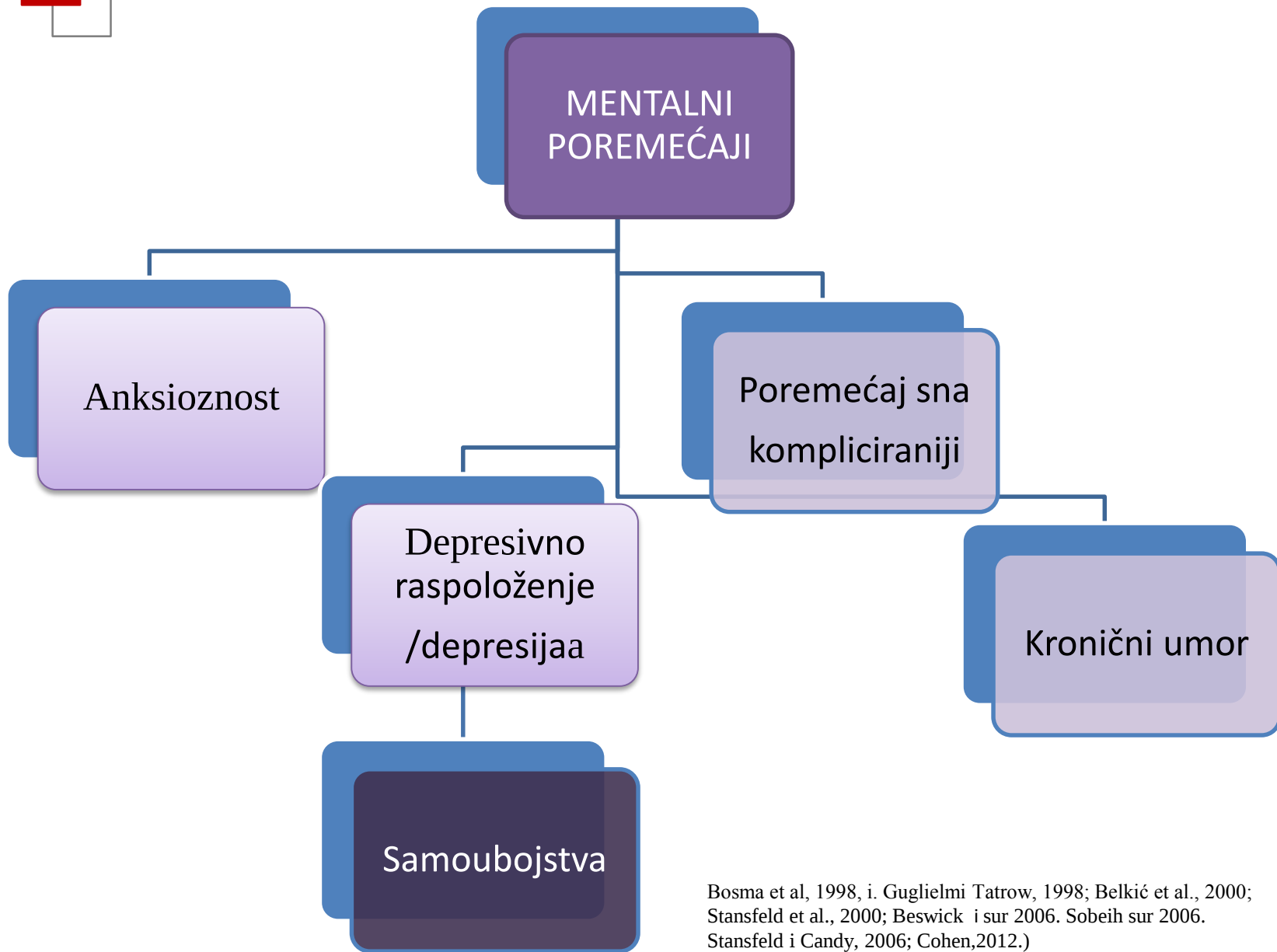
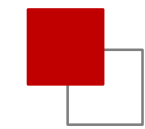
■ UČINCI KRATKOTRAJNOG DJELOVANJA



(Beswick sur, 2006;. Chandola, 2010)



Bosma et al, 1998, i. Guglielmi Tatrow, 1998; Belkić et al., 2000; Stansfeld et al., 2000; Beswick i sur 2006. Sobeih sur 2006. Stansfeld i Candy, 2006; Cohen,2012.)



Bosma et al, 1998, i. Guglielmi Tatrow, 1998; Belkić et al., 2000; Stansfeld et al., 2000; Beswick i sur 2006. Sobeih sur 2006. Stansfeld i Candy, 2006; Cohen,2012.)



DUGOTRAJNO IZLAGANJE

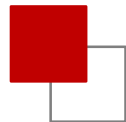
TJELESNA OŠTEĆENJA

Probavni
problemi

Autoimune
bolesti

Kardiovaskularne
bolesti

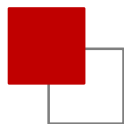
Bosma et al, 1998, i. Guglielmi Tatrow, 1998; Belkić et al., 2000;
Stansfeld et al., 2000; Beswick i sur 2006. Sobeih sur 2006.
Stansfeld i Candy, 2006; Cohen, 2012.)



> 60% ozljeda na radu posljedica je visoke razine psihosocijalnih rizika

EU OSHA 2011





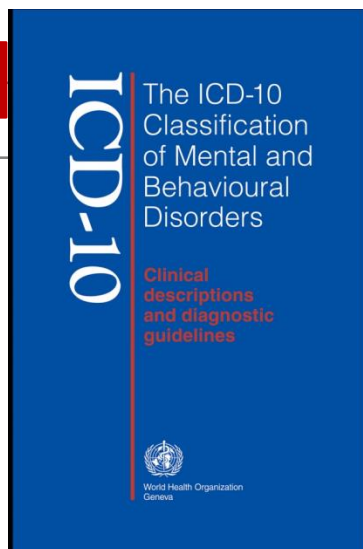
Prema Anketi o radnoj snazi u EU, u 1999. do 2007. godine, gotovo 28% ispitanika, (55,6 milijuna europskih radnika), izvijestilo je da je njihovo mentalno zdravlje pogoršano psihosocijalnim rizicima na radu.



ESENER (Europska mreža odabir istraživača) pokazala je da više od 40% europskih poslodavaca smatra da je psihosocijalnim rizicima teže upravljati nego tradicionalnim rizicima.

European survey of enterprises on new and emerging risks: managing safety and health at work, EU-OSHA 2010.





International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems 10th Revision		
Chapter	Blocks	Title
I	A00–B99	Certain infectious and parasitic diseases
II	C00–D48	Neoplasms
III	D50–D89	Diseases of the blood and blood-forming organs and certain disorders involving the immune mechanism
IV	E00–E90	Endocrine, nutritional and metabolic diseases
V	F00–F99	Mental and behavioural disorders
VI	G00–G99	Diseases of the nervous system
VII	H00–H59	Diseases of the eye and adnexa

PSIHOSOCIJALNI RIZICI SU POVEZANI S BOLESTIMA I ZDRAVSTVENIM PROBLEMIMA





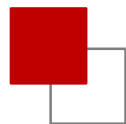
BOLESTI SUSTAVA ZA KRETANJE

Loša organizacija rada i nedostatak socijalne podrške povezani su sa bolom u donjem dijelu leđa (EU-OSHA, 2010)



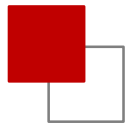
Leka i Jain (2010) su analizom 16 studija utvrdili da postoji povezanost između psihosocijalnih čimbenika (niske plaće i nedostatak nagrada, prekovremeni rad, nedostatak kontrole radnog mjesta, nedostatak socijalne podrške) i bolova u rukama, vratu i leđima.





Nizom studija utvrđeno je da postoji povezanost između MSD i pojedinih psihosocijalnih rizika, najčešće poslovima koji se moraju napraviti brzo , tzv: „brzi rad”, niska razina zadovoljstva poslom, niske kontrole radnih mjesta i visokih zahtjeva posla.



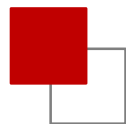


Meta-analiza sugerira da su psihosocijalni rizici na radnom mjestu povezani s MSD kod medicinskih sestara i pomoćnog osoblja u bolnicama.

Iako je većina preventivnih strategija na radnom mjestu usmjerena na ergonomske čimbenike pokazalo se da smanjenje razine psihosocijalnog radnog okruženje bitno utječe na smanjenje MSD.

Bernal et al. 2015.





PSIHIČKE BOLESTI

Stres na radnom mjestu uzrokovan psihosocijalnim rizicima, je bitan uzrok depresivnih poremećaja (Levi, 2005).

Veza između psihosocijalnih rizika i teških depresivnih simptoma uočena je u longitudinalnoj studiji provedenoj između 1995. i 2000. u Danskoj

(Rugulies et al., 2006)

Bournout

Apatija

Psihosomatske
reakcije

Netterstrøm et al. (2008) utvrdili su da visoki zahtjevi posla udvostručuju vjerojatnost od razvoja depresije

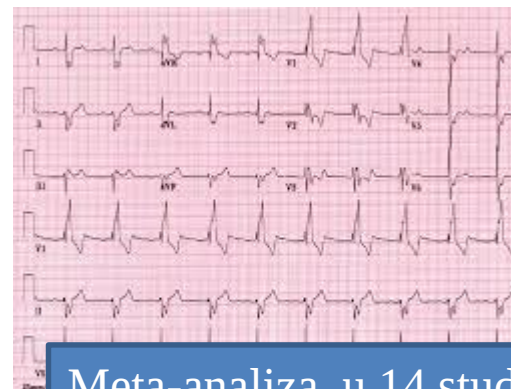
U 16 studija koje su obuhvaćale 63 000 radnika, Bonde (2008) je utvrdio da posao značajno povećava rizik od naknadnih simptoma depresije ili depresivne epizode.

Poremećaji
spavanja



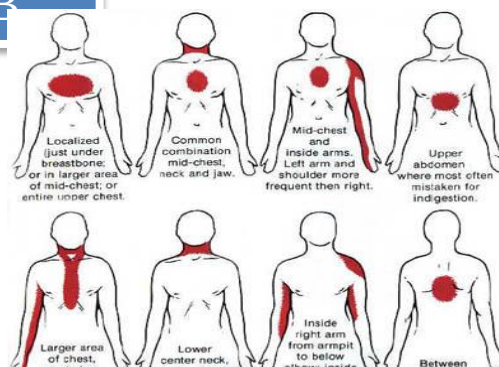
KARDIOVASKULARNE BOLESTI

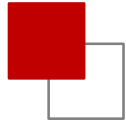
U 2004, SZO iznosi "... dokazi pokazuju da je učestalost visoke razine psihosocijalnih rizika u radnom okruženju povezana s kardiovaskularnim bolestima kada su prisutni slijedeći čimbenici: rad u smjenama (osobito rad noću), neravnoteža učinjenog i primanja, visoki zahtjevi posla.



Meta-analiza u 14 studija kojima je obuhvaćeno više od 100 000 zaposlenih, pokazala je da zaposlenici s visokom naporima na poslu imaju 1,5 puta veću vjerojatnost za razvoj KVB od onih s niskom razinom napora (Kivimäki i sur., 2006).

Kuper sur. (2002) su analizom 13 istraživanja o utjecaju psihosocijalnih rizika na koronarnu bolest (KVB) utvrdili da je u 10 od 10 njih utvrđena jaka ili umjerena povezanost između psihosocijalnih rizika i kontrole i KVB.



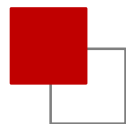


Tijekom kroničnog povećanog stresa dolazi do lučenja hormona koji povišuju tlak.

Aguilera G, Subburaju S, Young S, Chen J.2008

Kronični stres na radu izaziva reproduktivnu disfunkciju u primata

Cameron JL. 1997



Simptomi

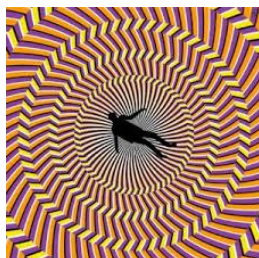
Angina
pectoris

Hipertenzivne krize



Palpitacije

Glavobolja



Vrtoglavica

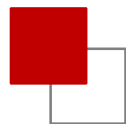


The Tokyo Women's Medical University studija pokazuje da je prosječna vrijednost krvnog tlaka ponedjeljkom veća nego u bilo kojem drugom trenutku u tjednu.

To može objasniti povećan broj smrtnih slučajeva od srčanog i moždanog udara u ponedjeljak ujutro.

Podaci govore da je 20% više srčanih udara ponedjeljkom nego bilo kojeg drugog dana.

Nervoza



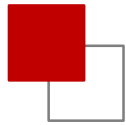
SINDROM PONEDJELJKA UJUTRO

Nalazi iz INTERHEART case-control studije provođenje širom svijeta širom svijeta pokazuju da se trećina IM može povezati sa povišenom razinom psihosocijalnih rizika

Roland von Känel 2012

Dokazano je da je više srčanih udara i drugih kardiovaskularnih incidenata ponedjeljkom u odnosu na bilo koji drugi dan u tjednu.

Zaključak studije:
Kardiolozi su nazvali ovaj fenomen „ sindromom ponedjeljkom ujutro", jer je odlazak na posao u ponedjeljak ujutro, za većinu ljudi, poput odlaska na bojište te nije čudo zašto se najviše srčanih udara događa baš tada.

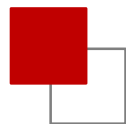


Studija koju je proveo Tokyo Medical University i koja je objavljena objavljeno u časopisu American Journal of Hypertension istaknula je da radnici imaju značajan porast krvnog tlaka nakon povratka u ured nakon vikenda.

Source: Geoffrey H Tofler et al. 2015

The *British Medical Journal* also highlighted a 20 per cent spike in heart attacks at the beginning of the working week.

Rizik od srčanog udara: Nemojte se ljutiti u ponedjeljak ujutro



ENDOKRINE BOLESTI

Heraclides i sur. (2009) su utvrdili na uzorku od 5 895 žena, da je veličina psihosocijalnih rizika na radu uzrok dijabetesa tipa II . Isto nije uočeno kod muškaraca.



Istraživanje na 7 443 radnika u Kanadi pokazalo je da žene (ali ne i muškarci) koje ne mogu utjecati na ritam rada češće obolijevaju od Dijabetesa tip II. (Smith i sur., 2012.).

Većina medicinske literature ukazuje na povećanu povezanost stresa na radu i disfunkcije štitnjače (hipertireoza).

www.naturalendocrinesolutions.com/.../chronic-stress-thyroid-condition

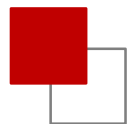


Chris Kresser
NATURAL ENDOCRINE SOLUTIONS

Thyroid Disorders

by CHRIS KRESSER

EBOOK



GLAVNI KORACI U PREVENCIJI

PROCJENA

UTVRĐIVANJE RAZINE
PSIHOSOCIJALNIH RIZIKA U
RADNOJ ORGANIZACIJI

ANALIZA UZROKA



... PREVENCIJA



PRIMARNA PREVENCIJA

Poduzimanje mjera u
organizaciji s ciljem
uklanjanja psihosocijalnih
rizika povezanih s radnim
okolišem.

SEKUNDARNA PREVENCIJA

Pomaganje radnicima da
razviju znanja i imaju
prave odgovore potrebne
za borbu s rizičnim
situacijama

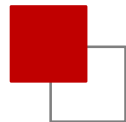
TERCIJARNA PREVENCIJA

Upravljanje kriznim
situacijama, uvođenjem
pomoći za zaposlenike
pogođene PSR koji su već
oboljeli

... I PREISPITIVANJE

Učinkovitosti provedenih akcija

Novi rizici i izmjene postojećih rizika



27/06/2014



Strpljenje je moć.
S vremenom i strpljenjem
dudov list postaje svila.

