

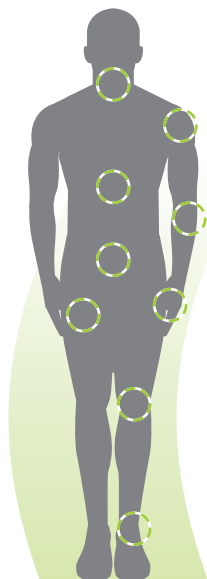


Luu- ja lihaskonna vaevused on üks peamistest töövõimetuse ja enneaegse pensionile jäämise põhjustest Euroopas.

Mis on tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevused?

Tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevused on anatoomiliste struktuuride, näiteks lihaste, liigeste, närvide ja luude kahjustused, mida põhjustab või süvendab peamiselt töö. Need mõjutavad enamasti selga, kaela, õlgu ja ülajäsemeid, kuid võivad mõjutada ka alajäsemeid.

Enamik tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevusi on kumulatiivsed tervisehäired, mis tekivad näiteks korduvast kokkupuutest suurte koormustega pika aja jooksul. Tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevused võivad siiski olla ka ägedad traumad, näiteks luumurrud, mis on tekkinud õnnetusjuhtumi tõttu.



Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Agentuur (EU-OSHA) aitab muuta Euroopat ohutumaks, tervislikumaks ja tootlikumaks töötamise kohaks. 1994. aastal Euroopa Liidu asutatud ja Hispaanias Bilbaos asuv amet kogub, loob ja levitab usaldusväärset, tasakaalustatud ning erapooletut teavet tööohutuse ja töötervishoiu kohta, tegutsedes töötingimuste parandamiseks koos organisatsioonidega üle kogu Euroopa.

EU-OSHA korraldab ka tervislike töökohtade kampaaniaid, mida toetavad Euroopa Liidu institutsioonid ja Euroopa sotsiaalpartnerid ning mida riikide tasandil koordineerib ameti teabekeskuste võrgustik. 2020.–2022. aasta kampaania „**Tervislikud töökohad vähendavad koormust**“ eesmärk on teadvustada tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevusi ning vajadust edendada riske ennetavat töökultuuri.

Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Agentuur
C/Santiago de Compostela 12
48003 Bilbao, HISPAAANIA
E-post: information@osha.europa.eu

www.healthy-workplaces.eu

© Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Agentuur, 2020
Reprodutseerimine on lubatud allikale viitamisel.
Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Ameti autoriõigusega kaitsmata fotode kasutamiseks või reprodutseerimiseks tuleb taotleda luba otse autoriõiguse omaja käest.
Väljaandes kasutatud fotod kujutavad mitmesuguseid tööolukordi.
Need ei pruugi alati kujutada hea tava või õigusnõuete järgimist.

Tööohutus ja töötervishoid läheb korda kõigile.
Hea sinule. Hea äritegevusele.

Tervislikud töökohad VÄHENDAVID KOORMUST



www.healthy-workplaces.eu



Euroopa Tööohutuse
ja Töötervishoiu Agentuur



Tervislikud töökohad

Kampania

Tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevustega toimetulek

Tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevused kahjustavad inimeste elukvaliteeti ja on üks peamistest töövõimetuse ja enneaegse pensionile jäämise põhjustest, mõjudes kahjulikult ettevõtetele ja majandusele. Vaatamata ulatuslikule tegevusele nende ennetamiseks on tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevused endiselt sagedaim tööga seotud terviseprobleem Euroopas.

Õige lähenemisviisiga saab tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevusi ennetada. Luu- ja lihaskonna vaevuste tõkestamine ei kaitse üksnes üksikisikuid, vaid parandab ka ettevõtete konkurentsivõimet, vähendades haiguse tõttu töölt puudumist ja suurendades tootlikkust, samuti väheneb riiklike tervisesüsteemide koormus.

Kampanial on järgmised eesmärgid:

1. suurendada teadlikkust tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevustest;
2. edendada luu- ja lihaskonna vaevuste riskihindamist ja nendega toimetulekut;
3. näidata, et luu- ja lihaskonna vaevused on igaühe probleem, mis hõlmab igat liiki töökohti ja valdkondi;
4. parandada teadmisi luu- ja lihaskonna vaevustega seotud uutest ja tekkivatest riskidest;
5. rõhutada krooniliste luu- ja lihaskonna vaevustega töötajate uuesti tööellu kaasamise ja töö hoidmise vajadust ning kuidas seda praktikas korraldada;
6. soodustada teabe ja hea tava vahetust asjaomaste sidusrühmade vahel.

Kes võivad osaleda?

Kampanias julgustatakse osalema kõiki huvitatud üksikisikuid ja organisatsioone nii Euroopa kui ka riikide tasandil, olenemata suurusest või sektorist, eelkõige järgmisi:

- avaliku ja erasektori tööandjad, juhid, töötajad ning tööohutuse ja töötervishoiu esindajad;
- EU-OSHA teabekeskused ja sotsiaalpartnerid ning nende võrgustikud;
- valdkondlikud sotsiaaldialoogi komiteed;
- poliitikakujundajad;
- tööohutuse ja töötervishoiu teadlased;
- tööinspeksioonid ja nende ühendused;
- rahvatervise kogukond;
- haridussektor (alg-/põhikoolid, keskkoolid, kõrgkoolid ja kutsekoolid);
- toote- ja tööstusdisainerid;
- meedia.



Kuidas osaleda?

- Suurendage teadlikkust, levitades kampaniamaterjale;
- korraldage õpitube ja muud tegevust;
- edendage tööga seotud luu- ja lihaskonna vaevustega toimetuleku töövahendeid ja ressursse;
- jagage ennetamise head tava;
- osalege tervislike töökohtade hea tava auhindade konkursil;
- osalege Euroopa nädalatel, mis toimuvad oktoobris 2021 ja oktoobris 2022;
- hakake ametlikuks kampaniapartneriks või meediapartneriks.

©iStockphoto / simonkr

Lisateave ja -materjalid

Külastage veebilehte www.healthy-workplaces.eu. Sellel veebilehel leiате lisateavet ja -materjale, mis aitavad kampaniat edendada ja toetada, näiteks:

- kampaniajuhend;
- aruanded, teabelehed ja OSHwiki artiklid;
- kampania töövahendite pakett ja muud edendusmaterjalid;
- töövahendid, infograafikud, audio- videomaterjalid ja hea tava suunised;
- Napo videod ja õppevahendid.

Jälgige meid sotsiaalmeedias (**Facebook**, **Twitter** ja **LinkedIn**) ja jagage meie postitusi.

Olge viimaste kampaniaauidistega kursis meie kampania veebilehe (<https://healthy-workplaces.eu>) kaudu.

Rakendades integreerivat lähenemisviisi ning edendades ennetuskultuuri, milles osalevad nii töötajad kui ka tööandjad, saaks paljusid luu- ja lihaskonna vaevuste juhtumeid lihtsalt ennetada või hallata.

Olulised kuupäevad

Kampania algus

oktoober 2020

Euroopa tööohutuse ja töötervishoiu nädalad

oktoober 2020, 2021 ja 2022

Tervislike töökohtade hea tava vahetamise üritus

oktoober 2021

Tervislike töökohtade hea tava auhindade konkursi tulemused

aprill 2022

Tervislike töökohtade tipukohtumine

november 2022