

Urval och rapport

Organisation:

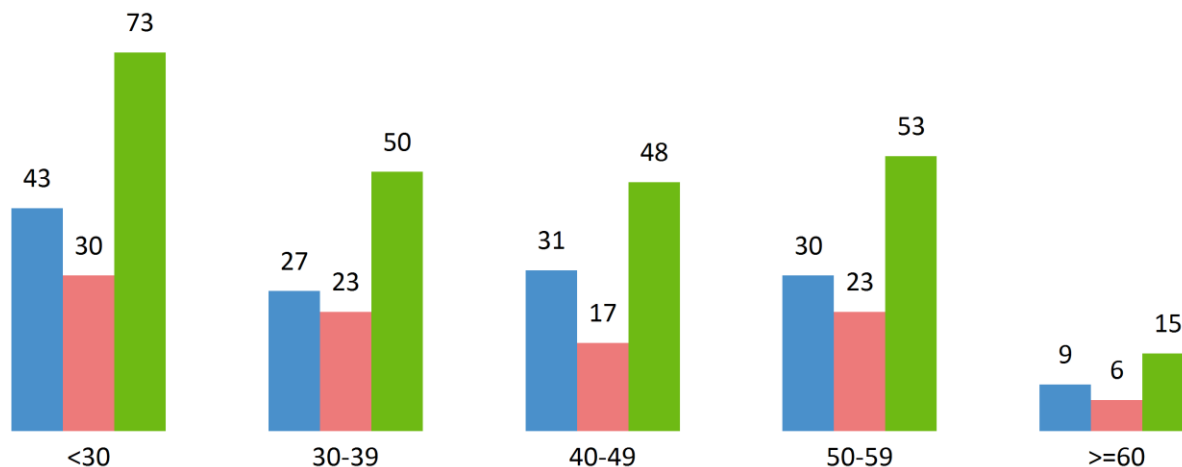
Antal: 239

Datum:

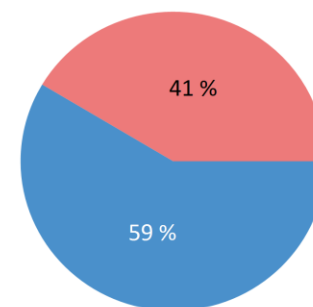
Urval:

Ålders- och könsfördelning

Män Kvinnor Total



Medelålder män: 40 år Medelålder kvinnor: 40 år Medelålder: 40 år

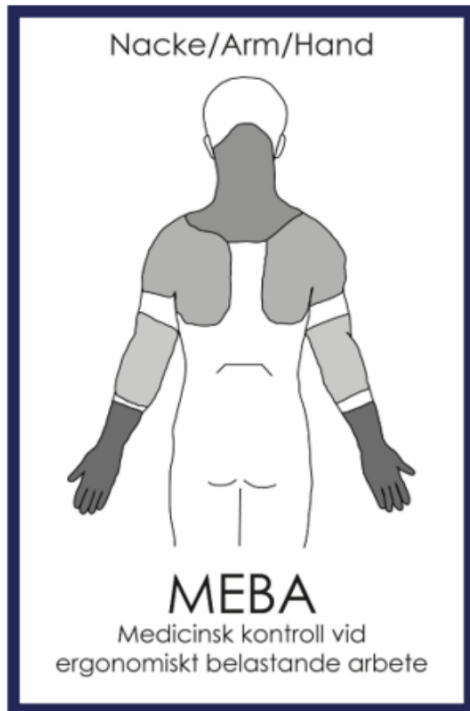


Antal män: 140

Antal kvinnor: 99

Antal annat alternativ: 0

Totalt: 239



Resultatrapport

MEBA
Medicinsk kontroll
vid Ergonomiskt Belastande Arbete

Nacke/arm/hand

Bakgrund och metod

Bakgrund

I enlighet med Arbetsmiljöverkets föreskrift om systematiskt arbetsmiljöarbete AFS 2001:1 (1) är arbetsgivare skyldiga att undersöka och genomföra verksamheten på ett sådant sätt att ohälsa och olycksfall i arbetet förebyggs. En riskbedömning ska göras för förhållanden som har betydelse för arbetsmiljön. När denna riskbedömning visar att det är motiverat att genomföra medicinska kontroller av arbetstagaren ska sådana erbjudas av arbetsgivaren (2). Syftet är att upptäcka tidiga tecken på ohälsa, skydda känsliga individer och upptäcka skadliga arbetsmiljöer. I denna rapport redovisas resultaten från en sådan medicinsk kontroll, gjord med metoden MEBA (3)

Besvärsförekomsten sammanfattas på gruppnivå, där gruppdeltagarna har samma eller liknande arbetsuppgifter. Efter undersökningen kan även diagnoser ställas utifrån fastställda kriterier (4). Besvärs- och diagnosförekomsten kan jämföras med andra yrkesgrupper, som undersökts med samma metod. MEBA-undersökningen kan visa på om det föreligger en förhöjd risk och vara ett underlag i det systematiska arbetsmiljöarbetet.

Begreppet "Oroväckande prevalens av diagnoser" har tagits fram av Arbets- och miljömedicin Syd. En förekomst av diagnoser som är mer än 50% än den i grupper med rörligt och varierat arbete ger stor anledning att misstänka att arbetet orsakar sjuklighet i muskler och leder (5).

Metod

Förekomst (prevalens) av besvär och diagnoser i nacke och övre extremiteter sammanställs för gruppen och redovisas separat för nacke/axlar, armbågar/händer. Oroväckande förekomst av diagnoser redovisas i respektive diagram (nacke/axlar, armbågar/händer).

Medicinska kontroller är en del i det systematiska arbetsmiljöarbetet



Syftet med föreskriften om medicinska kontroller är att minska risken för ohälsa relaterad till arbetet genom att

- visa om arbetstagarens hälsotillstånd medger en viss typ av arbete,
- tidigt upptäcka tecken på ohälsa som beror på exponering, och
- ge underlag för åtgärder på arbetsplatsen.

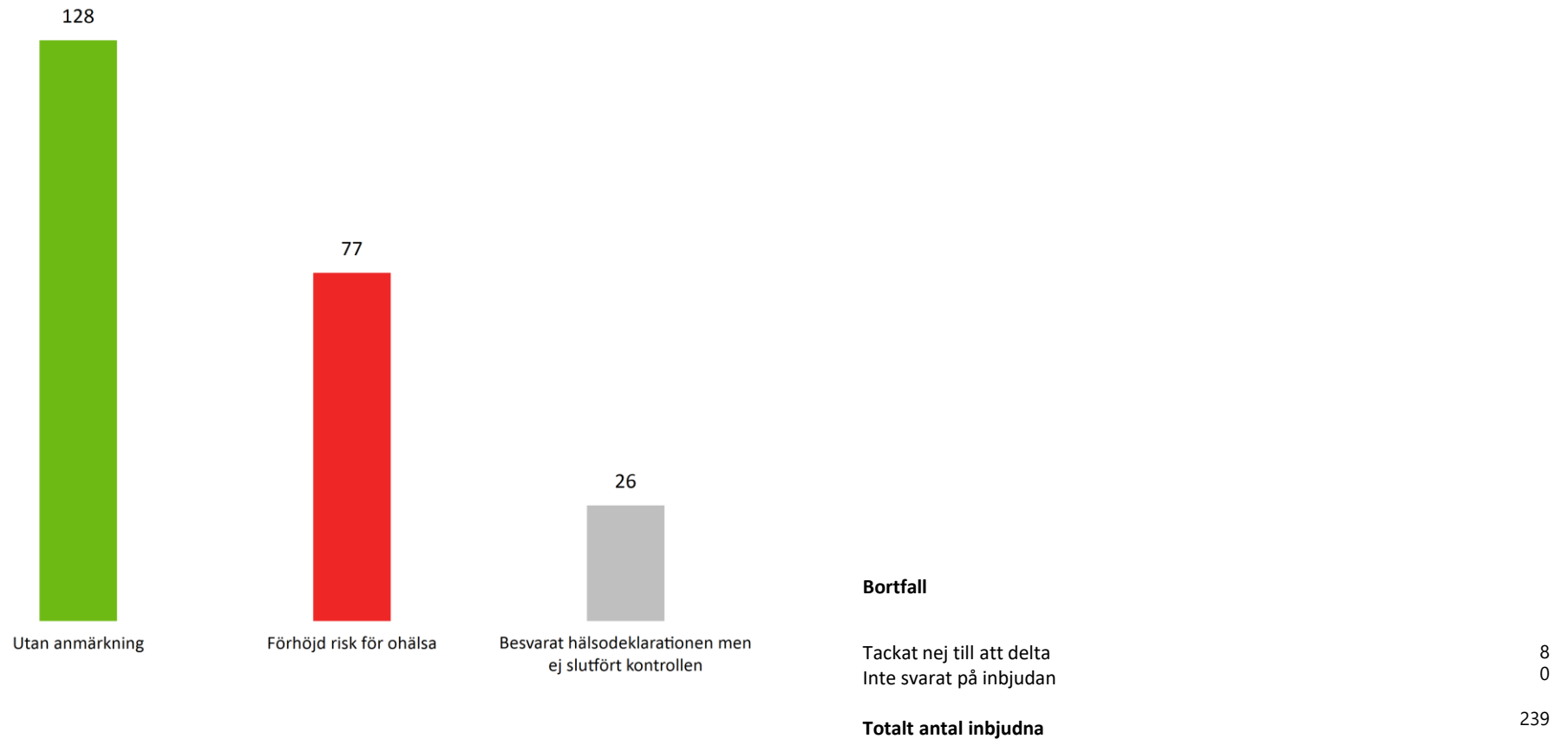
SAM-hjulet till vänster visar processen för det systematiska arbetsmiljöarbetet, som är i ständig rörelse och omfattar alla arbetsmiljöförhållanden.

Medicinska kontroller är en **undersökning** vars resultat leder till en ny eller uppdaterad **riskbedömning**, eventuella **åtgärder** och **kontroll** om åtgärderna har haft avsedd effekt.

Den här rapporten ger en bild av hur arbetsmiljön uppfattas och förekomsten av ohälsa. Resultaten ska integreras i kommande riskbedömningar och ligga till grund för åtgärder att minska exponeringen.

Sammanställning av deltagande vid Medicinsk kontroll Handintensivt arbete (MEBA)

enligt Arbetsmiljöverkets föreskrift om medicinska kontroller i arbetslivet (AFS 2019:3), 26 - 28 §§.



Analys och åtgärdsförslag

Konkreta förslag till åtgärder, för att minska skaderisken och öka chansen till återhämtning - att diskutera i samverkan mellan arbetsgivare, skyddsombud och företagshälsan

Förslag på teknisk utrustning/hjälpmedel:

Andra förslag:

Förslag på förändrade arbetsmetoder:

Förslag på andra sätt att organisera arbetet:

Exponering

Deltagarna har svarat att följande arbetsuppgifter har betydelse för den aktuella medicinska kontrollen:

Säkerställ att alla relevanta arbetsmoment har inkluderats i riskbedömningen.

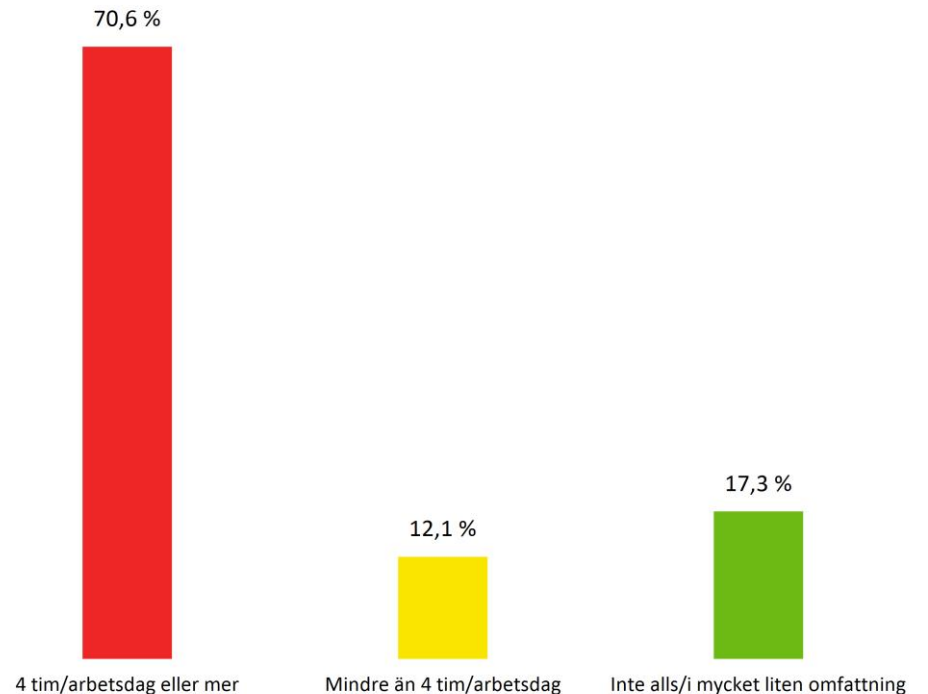
Handintensivt arbete -regelbundet måste gripa eller hålla med minst måttlig kraft

231 svar

Med handintensivt arbete menas handrörelser som innebär en hög repetitivitet och/eller hög kraftutveckling. Handintensivt arbete är kopplat till senfästesinflammation i axeln, tennisarmbåge eller nervinklämning i handleden (karpaltunnelsyndrom). Arbete i högt tempo riskerar inte bara att skada händer och handleder, utan också nacke och axlar.

Staplarna till höger visar hur arbetstagarna uppfattar sin exponering för repetitiva/upprepade handledsrörelse, vilket bör jämföras med vad som framkommit vid riskbedömningen.

Enligt Arbetsmiljöverkets arbetsmiljörapport från 2021 hade 35 % av arbetskraften repetitivt arbete med samma arbetsmoment (inte endast handintensivt) många gånger i timmen under halva arbetstiden eller mer.

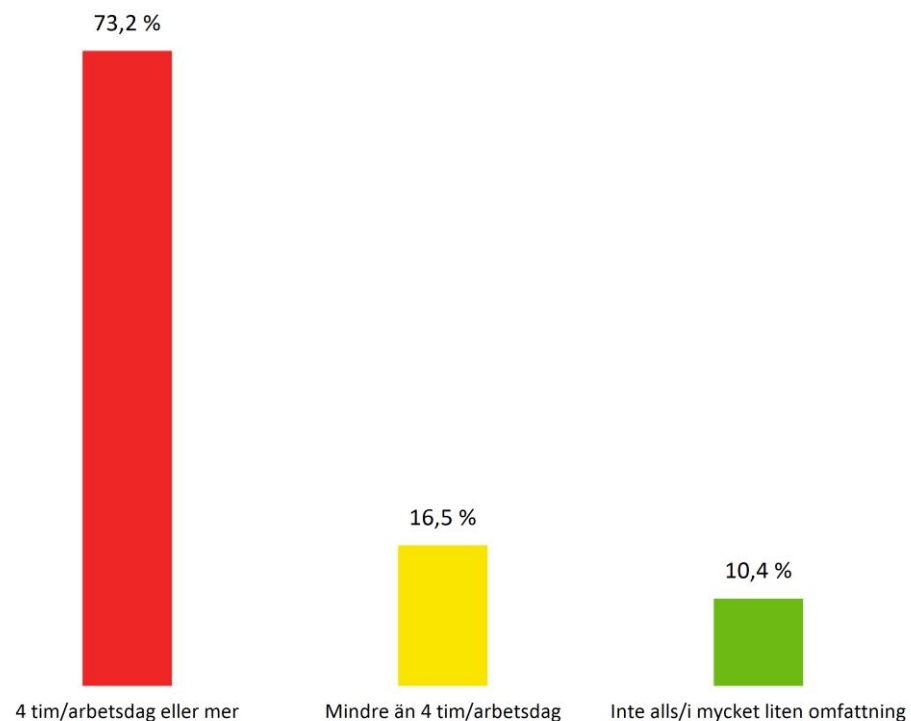


Handintensivt arbete -regelbundet måste gripa eller hålla med minst måttlig kraft

231 svar

Med handintensivt arbete menas alltså handrörelser som innebär en hög repetitivitet och/eller hög kraftutveckling.

Staplarna till höger visar i vilken utsträckning arbetstagarna uppfattar att de utsätts för **kraftutveckling i arbetet**.

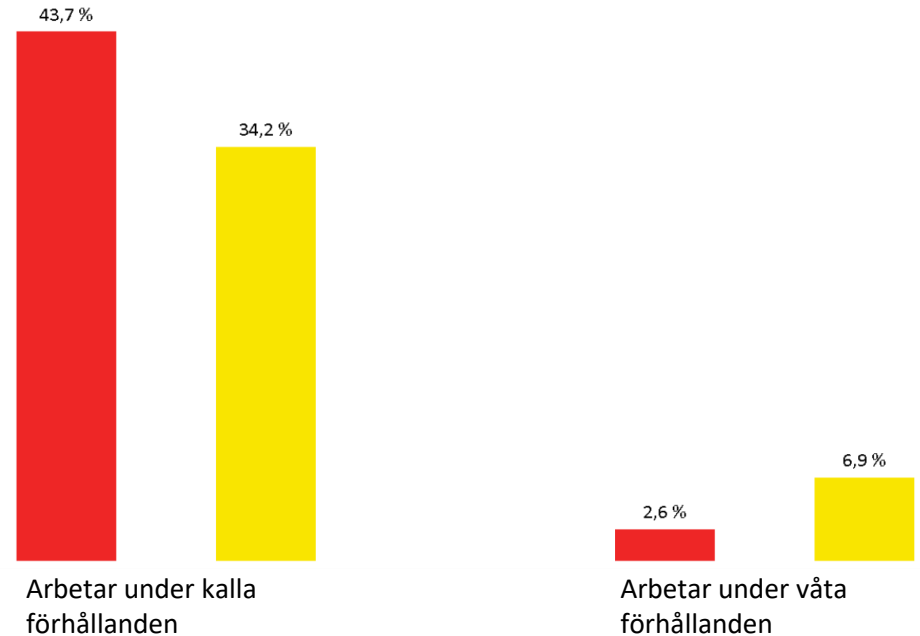


Förekomst av påverkande faktorer: Kyla, Våta och Vibrationer

Kyla, våta förhållanden och vibrationer kan bidra ytterligare till skador i hand och fingrar. Exponering för vibrationer kan leda till vita fingrar och skador i fingrarnas fina nervtrådar (fintrådsneuropati) och kräver en separat riskbedömning.

■ Alltid/nästan alltid ■ Periodvis, tex viss del av året

231 svar

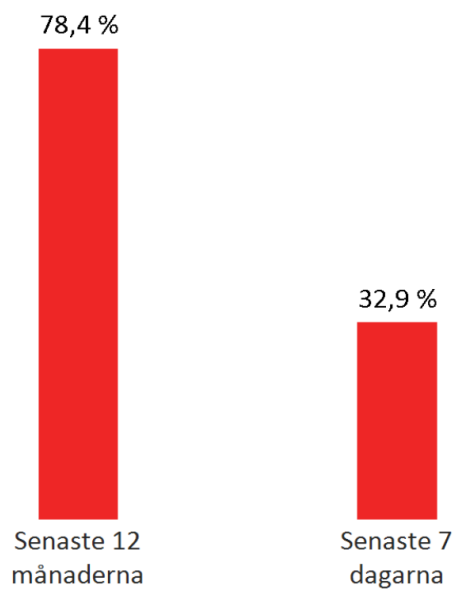


Andel som utsätts för vibrationer från handhållna maskiner eller verktyg:

31,6 %

Besvärsförekomst i nacken

231 svar



55,3 %

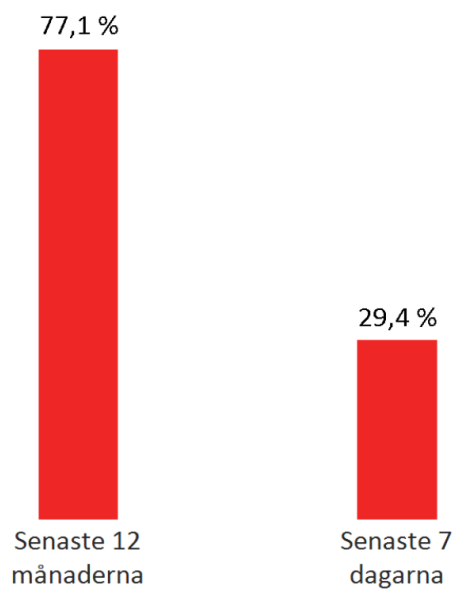
av de som upplever besvär senaste 7 dagarna anger att problemen orsakats och/eller påverkats negativt av nuvarande arbetsuppgifter.

Senaste 12 månaderna avser de som upplevt smärta, värk eller obehag Mycket ofta, Ofta, Ibland eller Sällan under de senaste 12 månaderna.

Senaste 7 dagarna avser de som upplevt smärta, värk eller obehag någon gång under de senaste 7 dagarna.

Besvärsförekomst i axlarna

231 svar



63,2 %

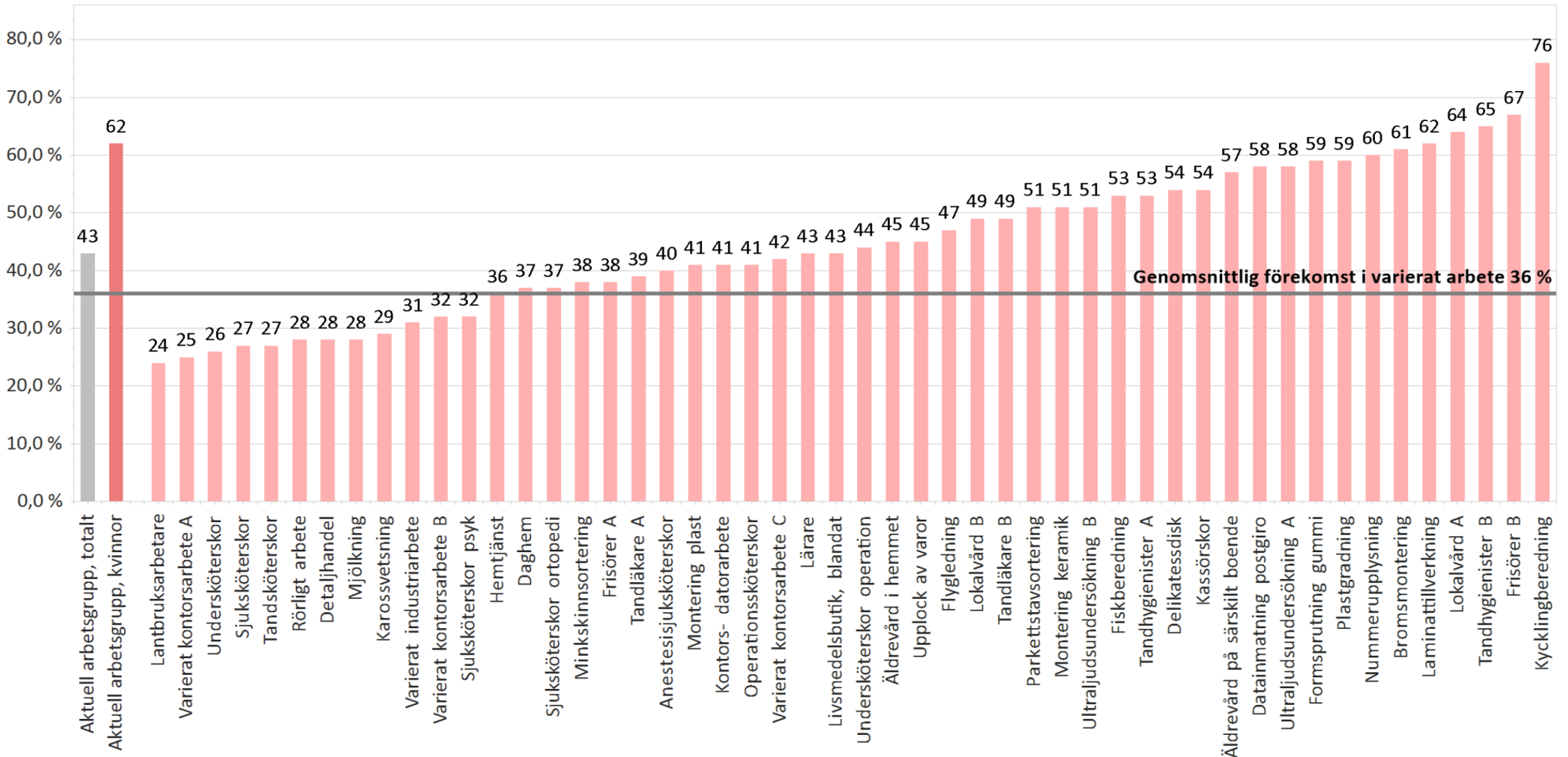
av de som upplever besvär senaste 7 dagarna anger att problemen orsakats och/eller påverkats negativt av nuvarande arbetsuppgifter.

Senaste 12 månaderna avser de som upplevt smärta, värk eller obehag Mycket ofta, Ofta, Ibland eller Sällan under de senaste 12 månaderna.

Senaste 7 dagarna avser de som upplevt smärta, värk eller obehag någon gång under de senaste 7 dagarna.

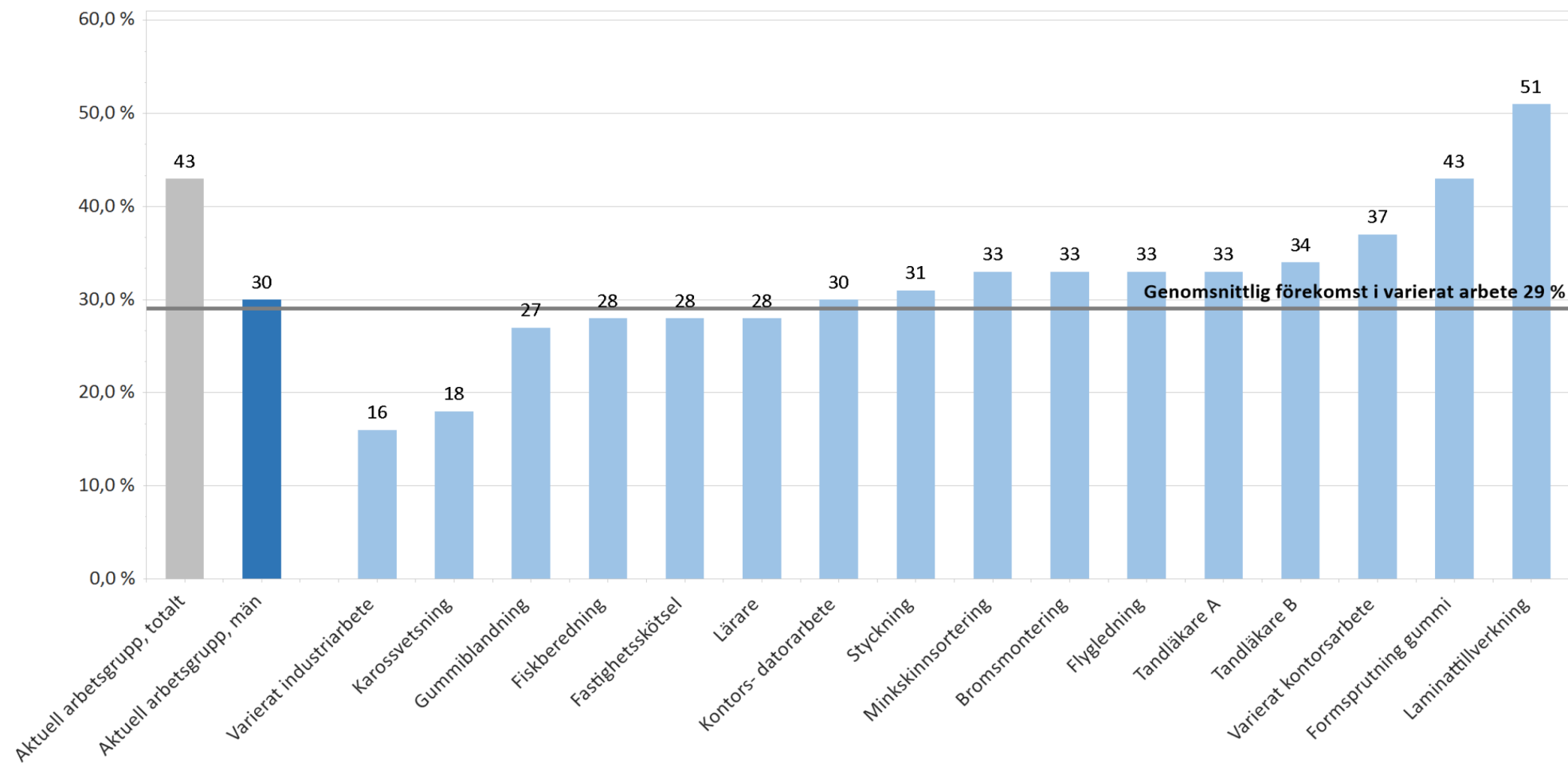
Andel med besvär i nacke/axlar senaste 7 dagarna, kvinnor

96 svar



Andel med besvär i nacke/axlar senaste 7 dagarna, män

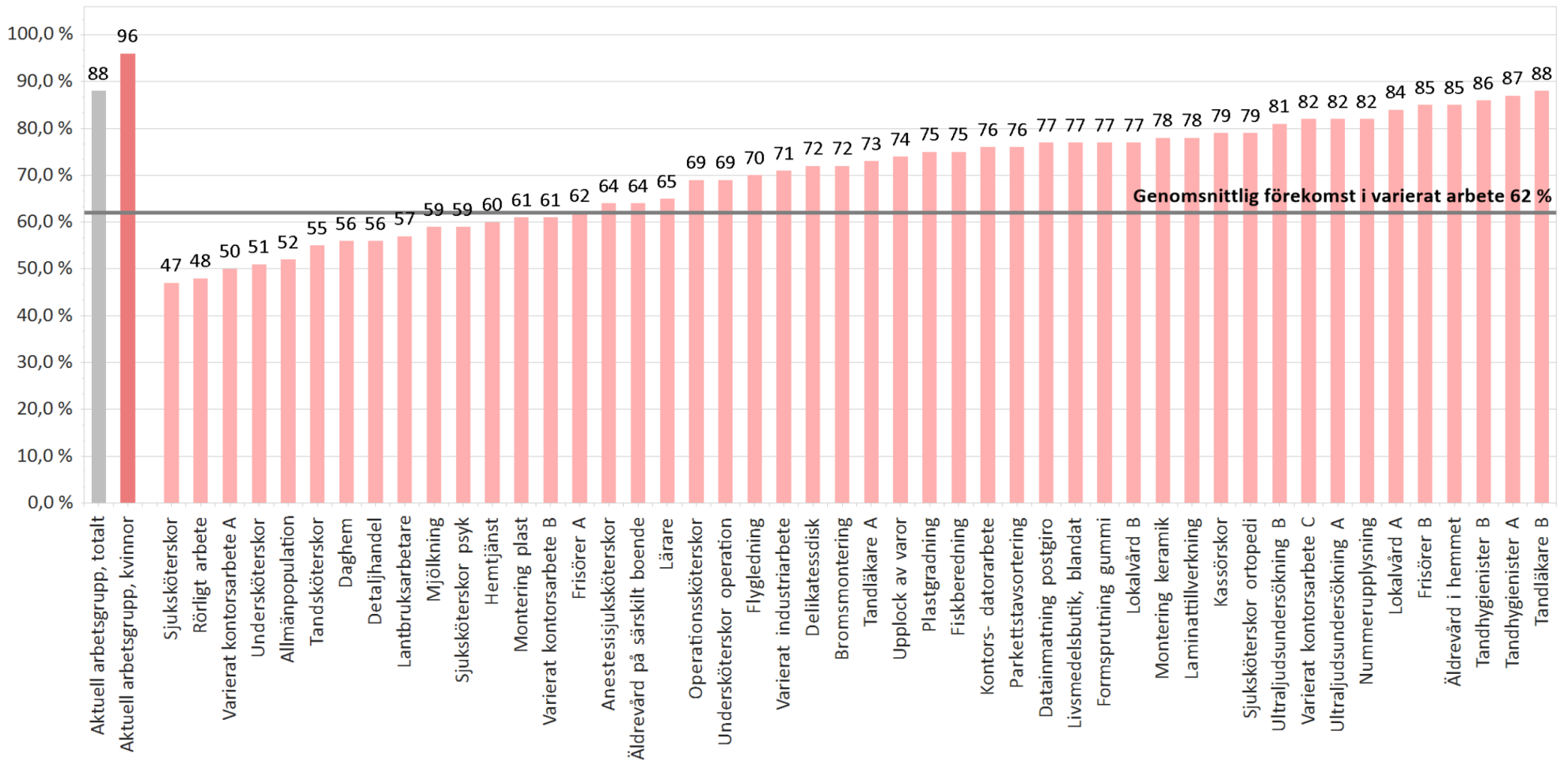
135 svar



Andel med besvär i nacke/axlar senaste 12 månaderna, kvinnor

(Smärta, värk eller obehag Mycket ofta, Ofta, Ibland eller Sällan)

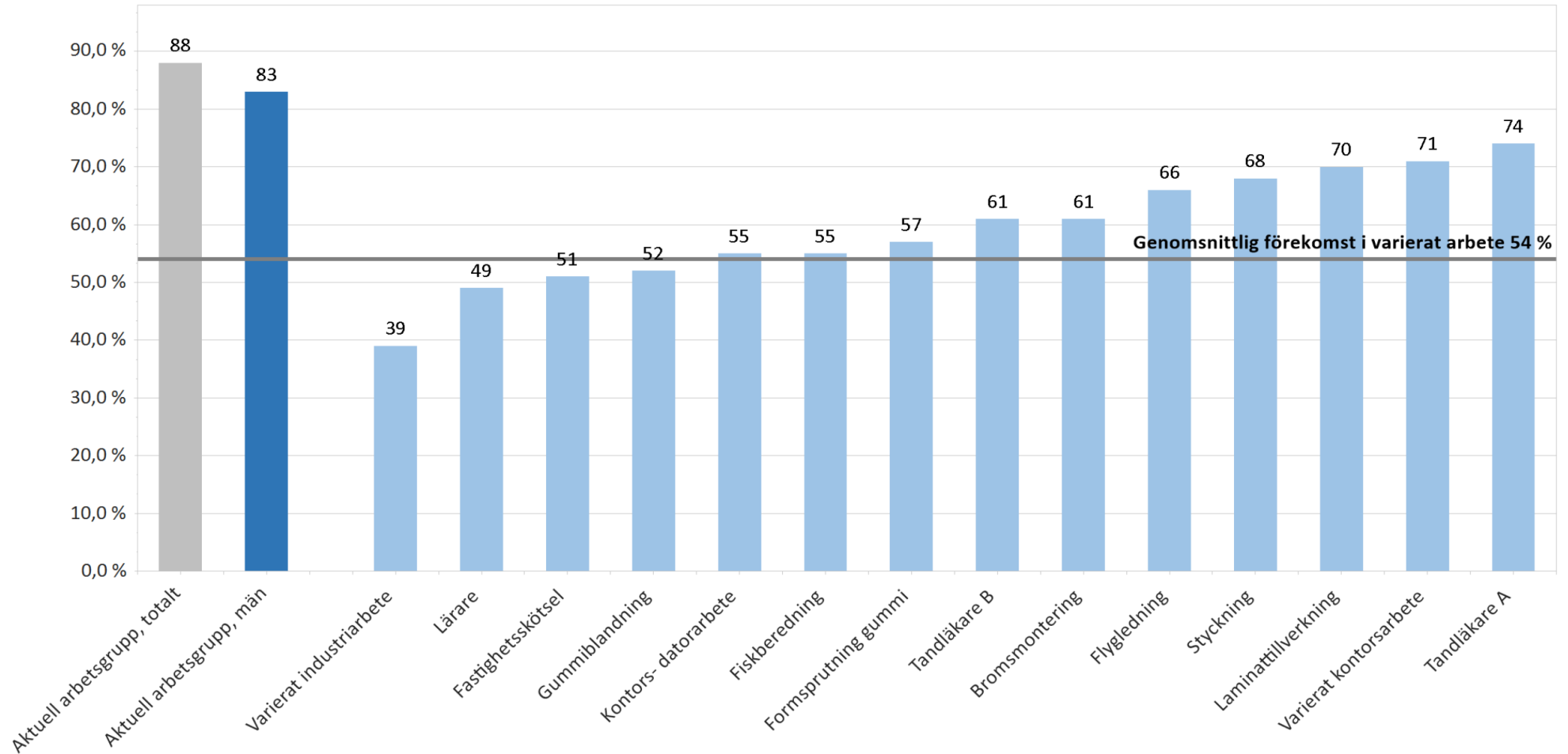
96 svar



Andel med besvär i nacke/axlar senaste 12 månaderna, män

(Smärta, värk eller obehag Mycket ofta, Ofta, Ibland eller Sällan)

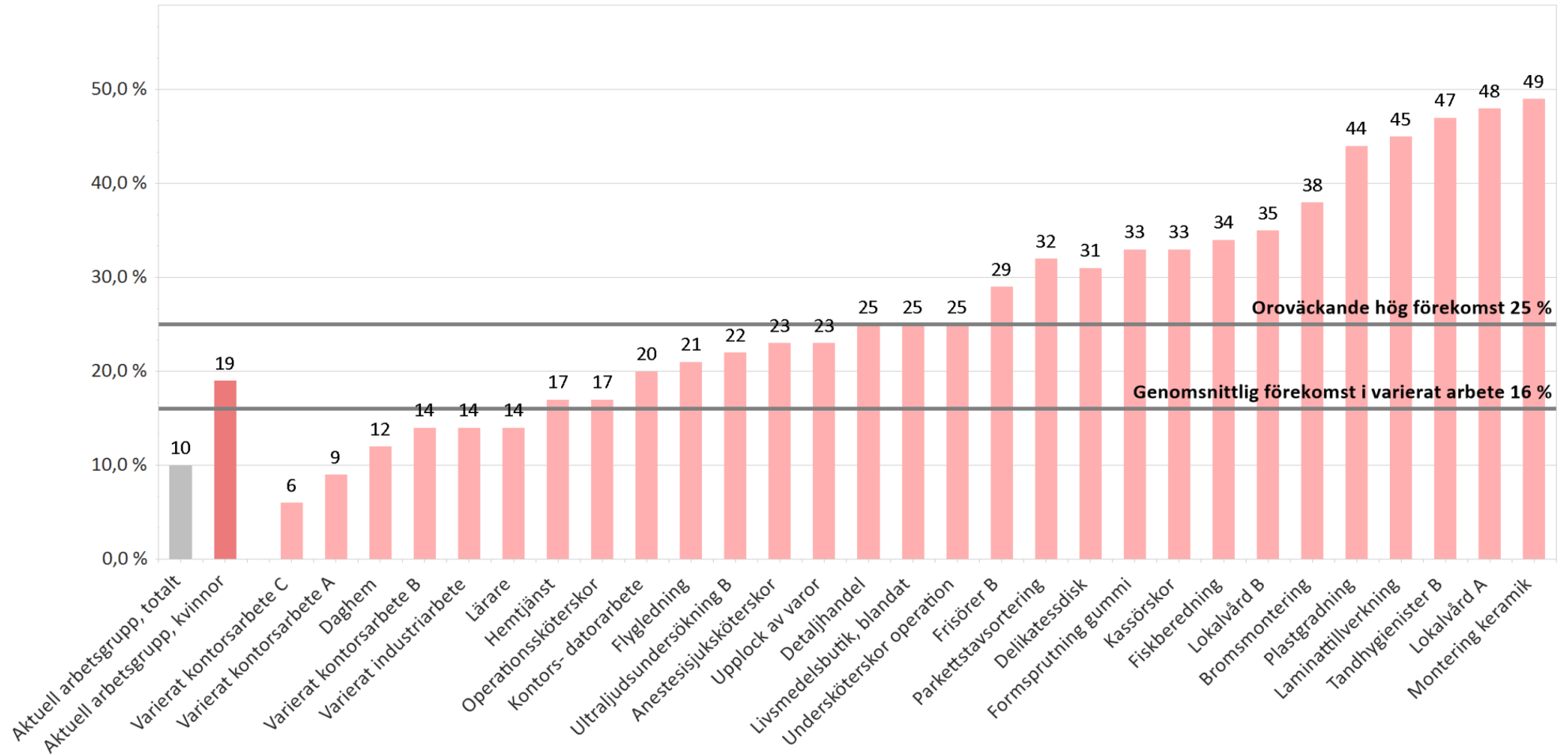
135 svar



Andel med minst en diagnos nacke/axlar, kvinnor

(De som inte slutfört den medicinska kontrollen är exkluderade)

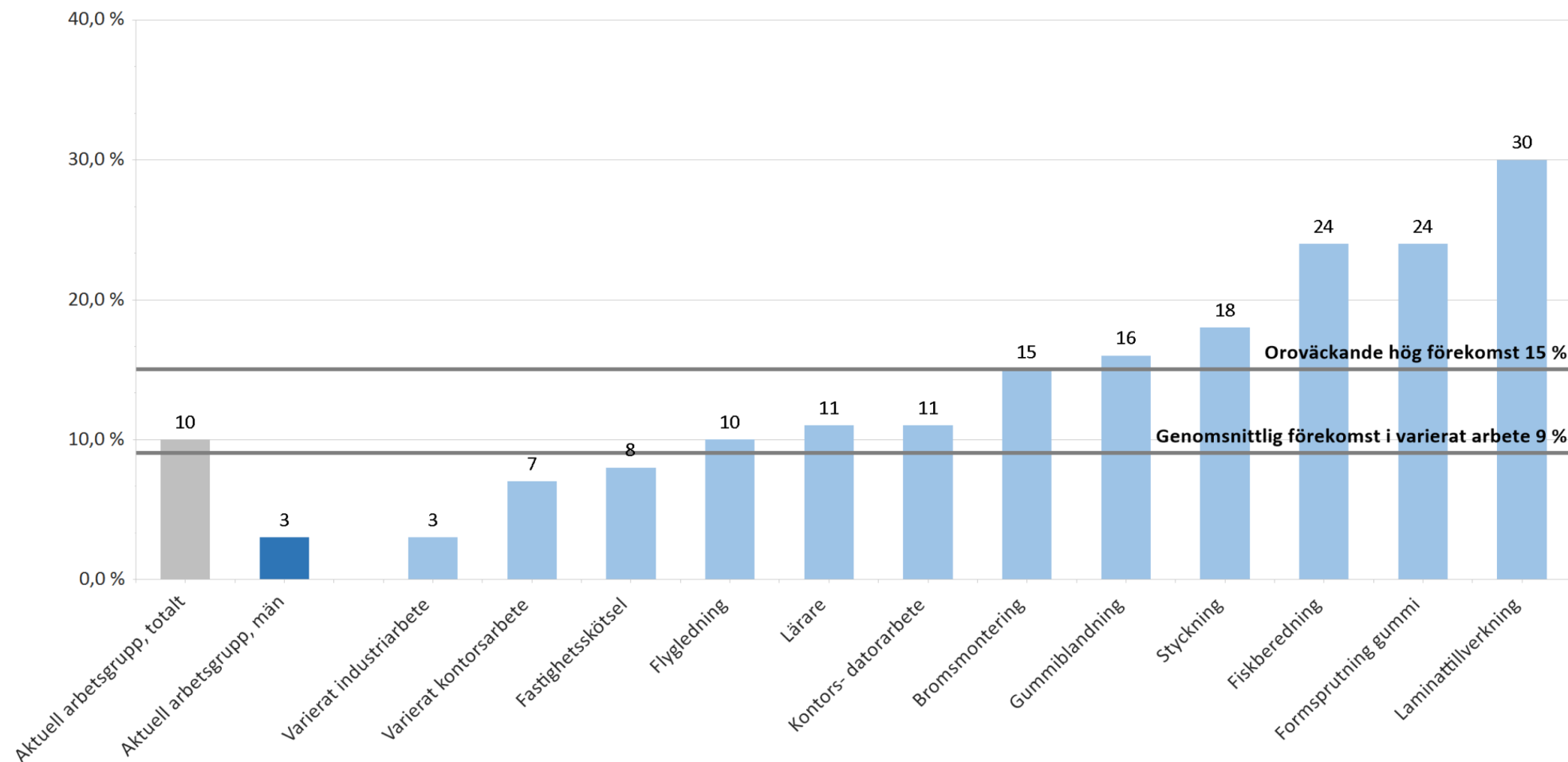
85 svar



Andel med minst en diagnos nacke/axlar, män

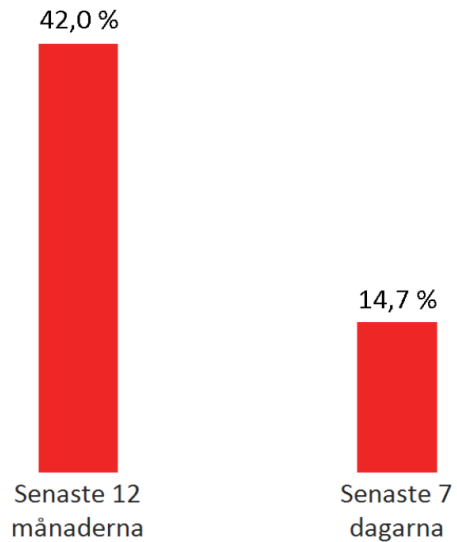
(De som inte slutfört den medicinska kontrollen är exkluderade)

105 svar



Besvärsförekomst i armbågarna

231 svar



61,8 %

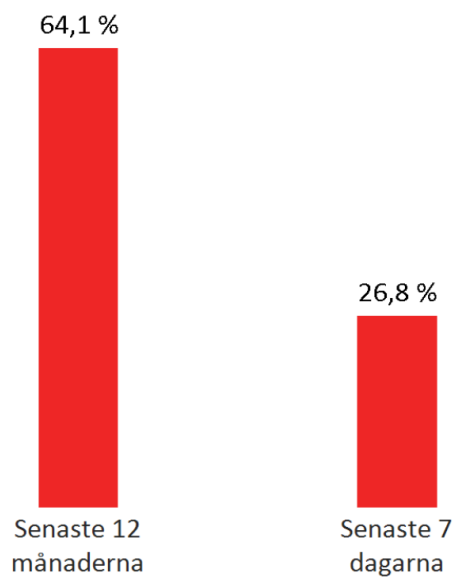
av de som upplever besvär senaste 7 dagarna anger att problemen orsakats och/eller påverkats negativt av nuvarande arbetsuppgifter.

Senaste 12 månaderna avser de som upplevt smärta, värk eller obehag Mycket ofta, Ofta, Ibland eller Sällan under de senaste 12 månaderna.

Senaste 7 dagarna avser de som upplevt smärta, värk eller obehag någon gång under de senaste 7 dagarna.

Besvärsförekomst i händerna

231 svar



66,1 %

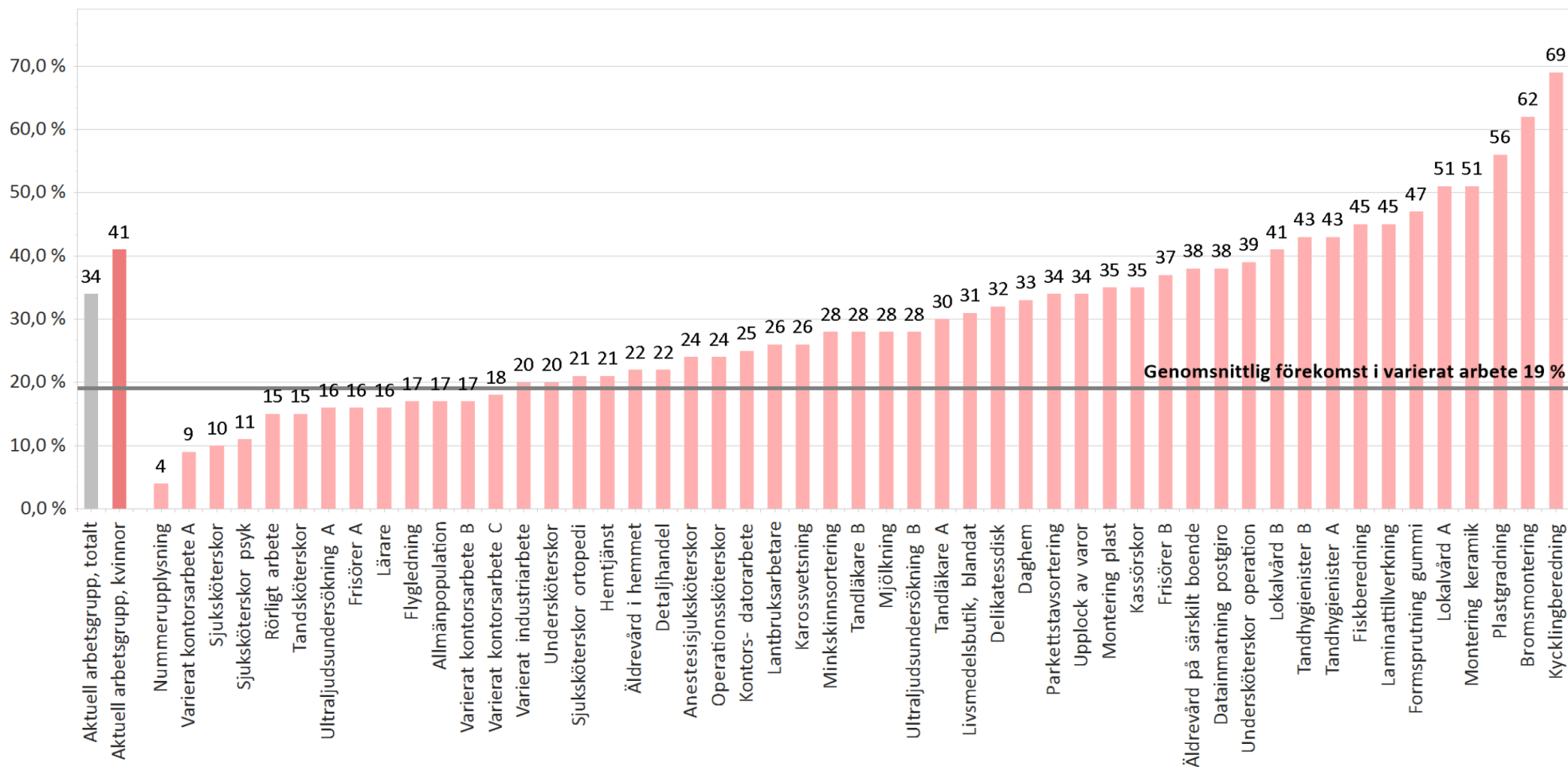
av de som upplever besvär senaste 7 dagarna anger att problemen orsakats och/eller påverkats negativt av nuvarande arbetsuppgifter.

Senaste 12 månaderna avser de som upplevt smärta, värk eller obehag Mycket ofta, Ofta, Ibland eller Sällan under de senaste 12 månaderna.

Senaste 7 dagarna avser de som upplevt smärta, värk eller obehag någon gång under de senaste 7 dagarna.

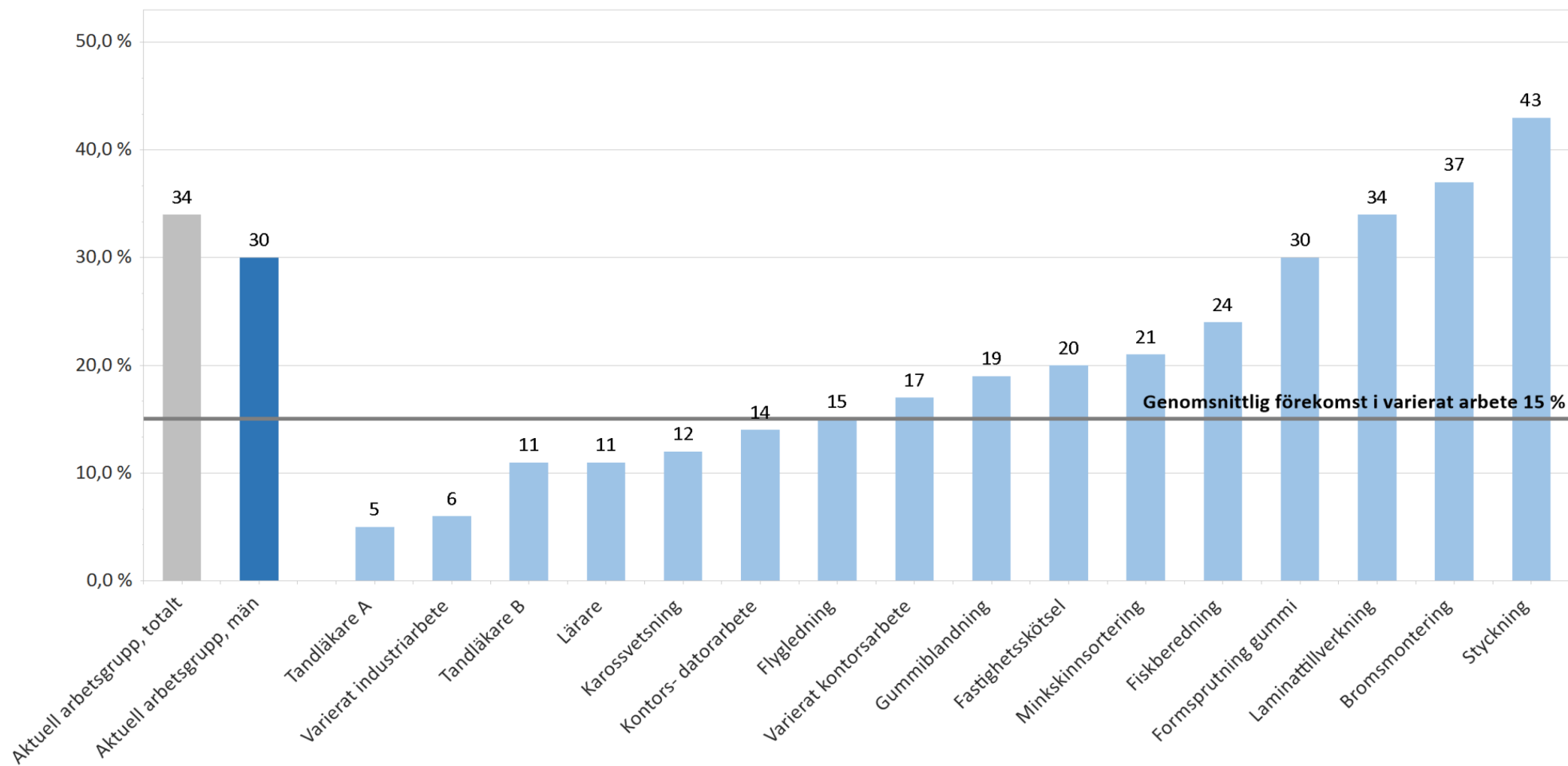
Andel med besvär i armbågar/händer de senaste 7 dagarna, kvinnor

96 svar



Andel med besvär i armbågar/händer de senaste 7 dagarna, män

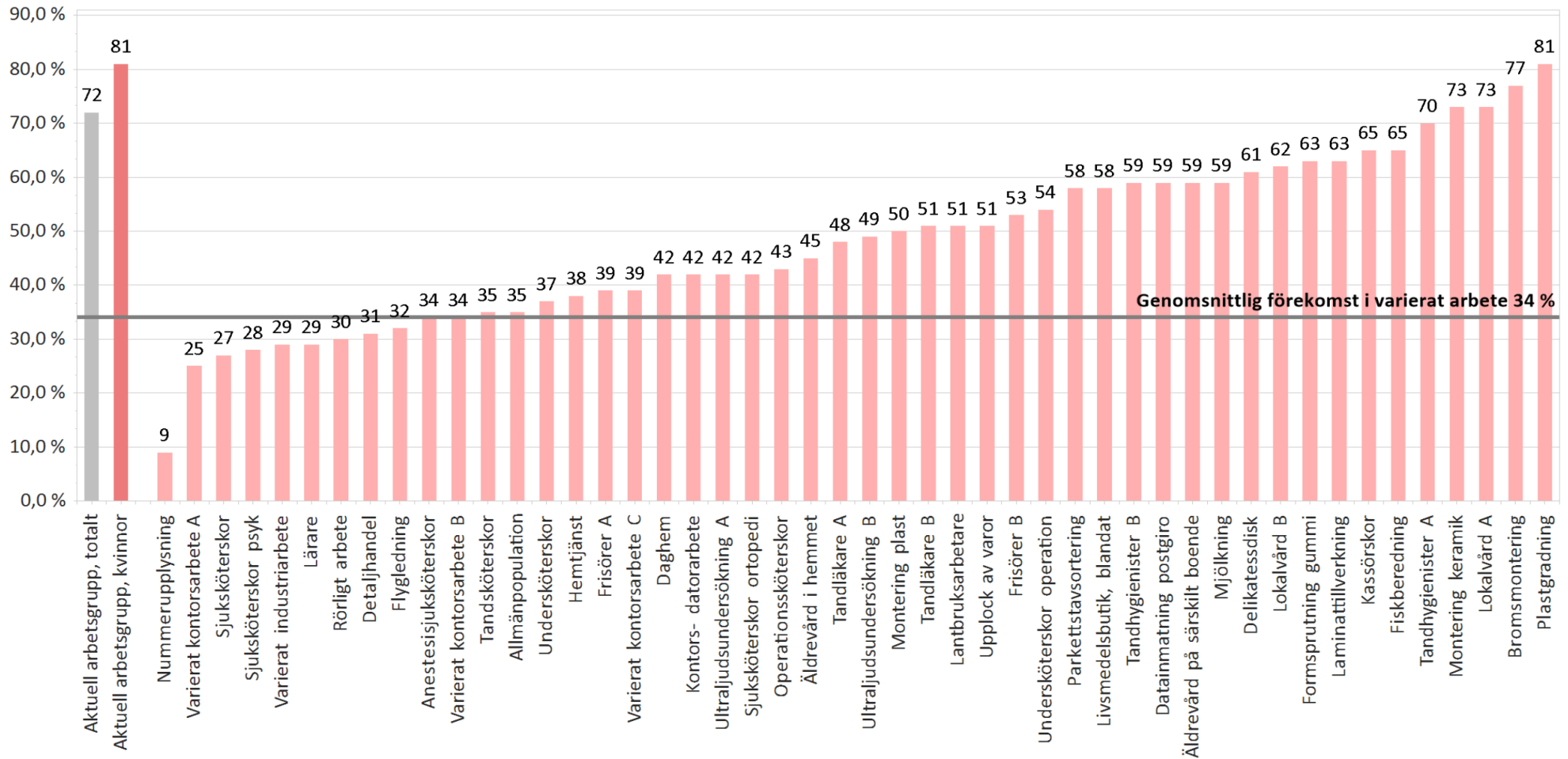
135 svar



Andel med besvär i armbågar/händer de senaste 12 månaderna, kvinnor

(Smärta, värk eller obehag Mycket ofta, Ofta, Ibland eller Sällan)

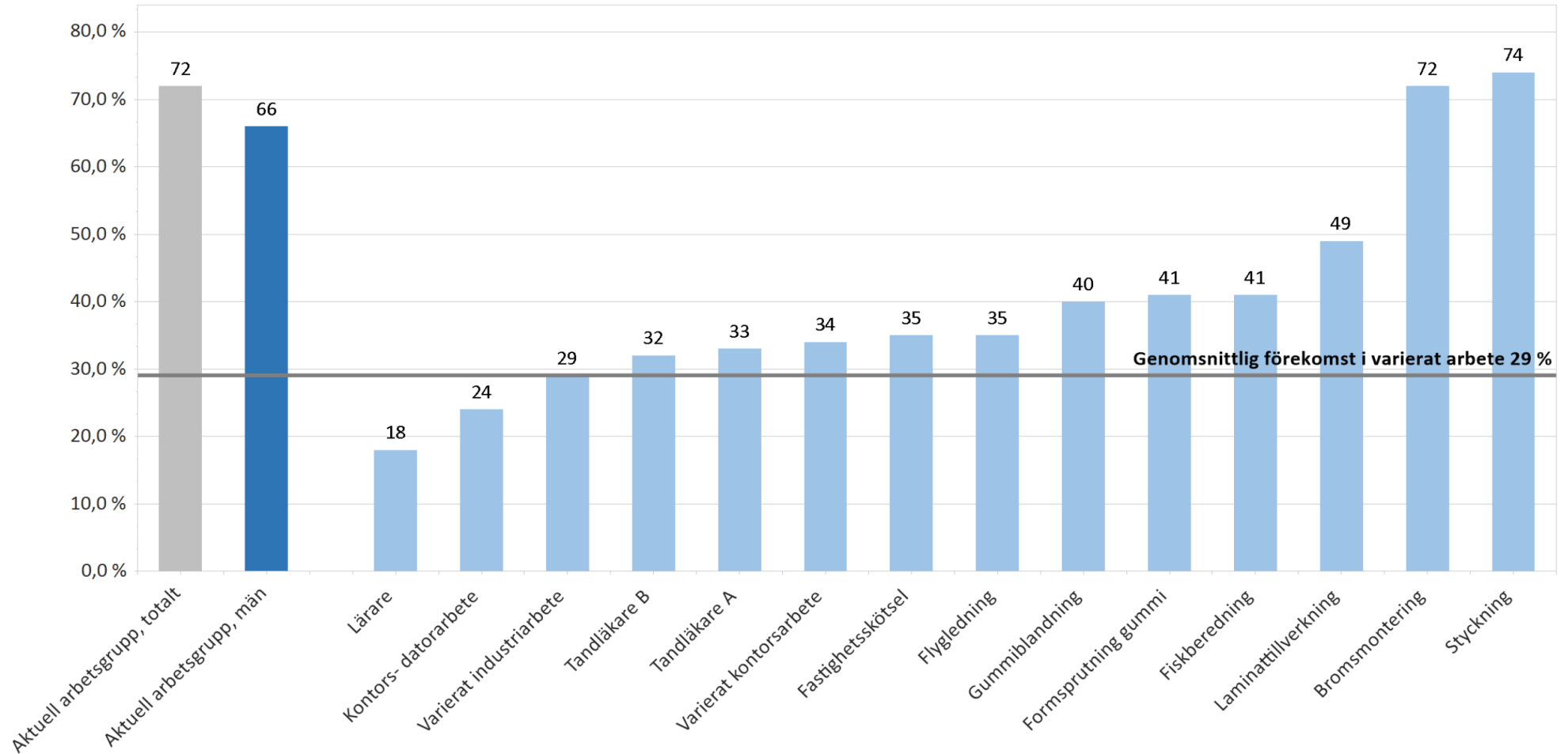
96 svar



Andel med besvär i armbågar/händer de senaste 12 månaderna, män

(Smärta, värk eller obehag Mycket ofta, Ofta, Ibland eller Sällan)

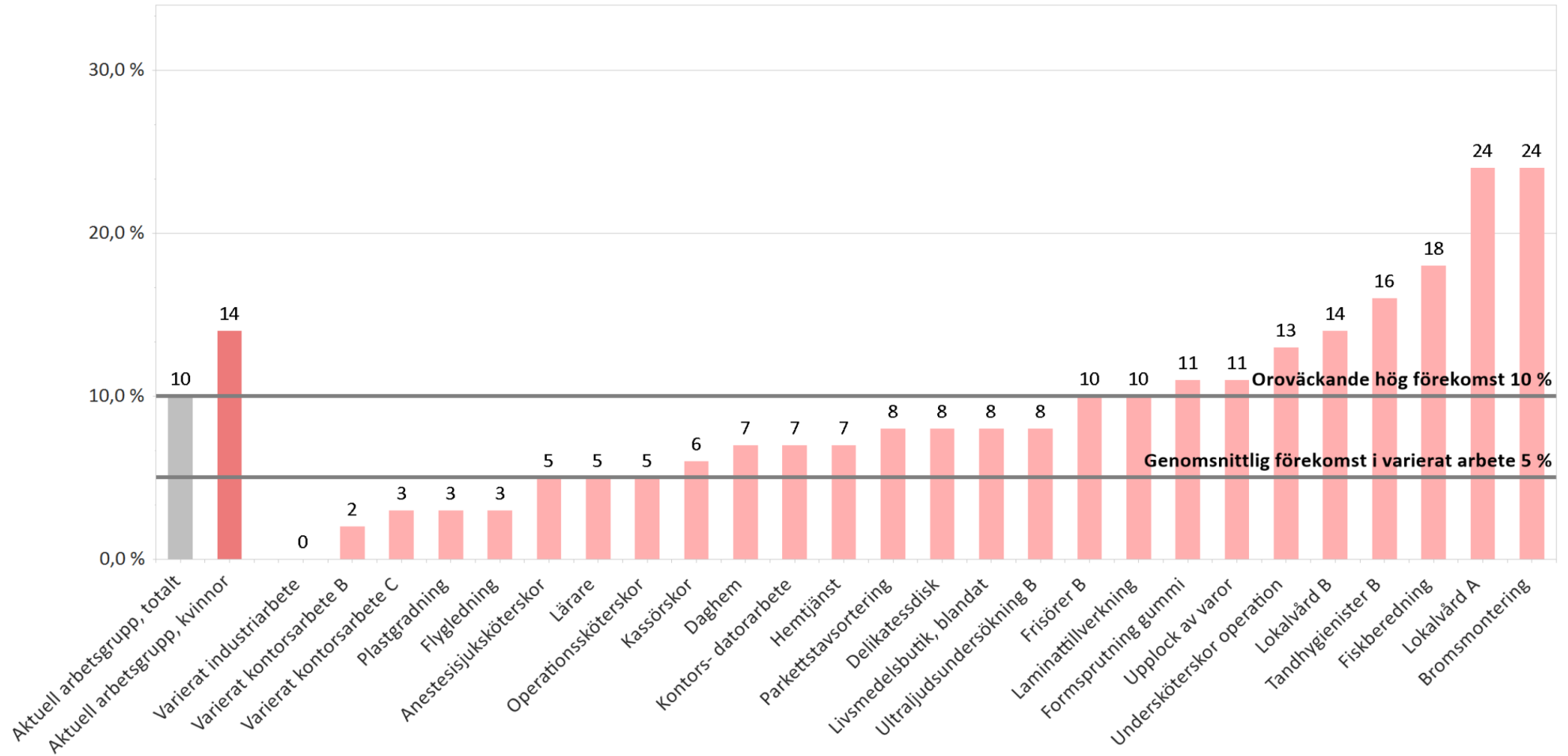
135 svar



Andel med minst en diagnos armbågar/händer, kvinnor

(De som inte slutfört den medicinska kontrollen är exkluderade)

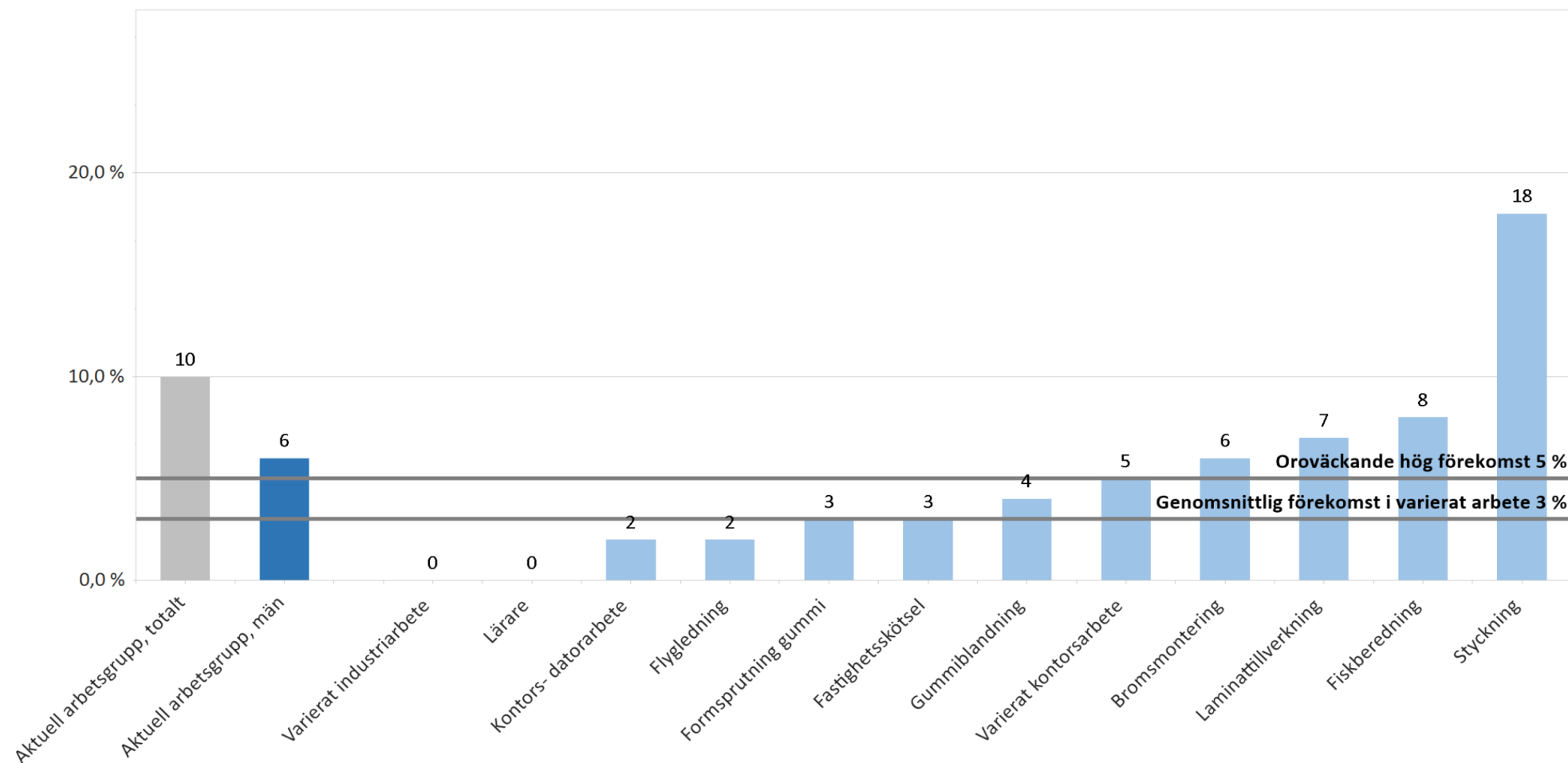
86 svar



Andel med minst en diagnos armbågar/händer, män

(De som inte slutfört den medicinska kontrollen är exkluderade)

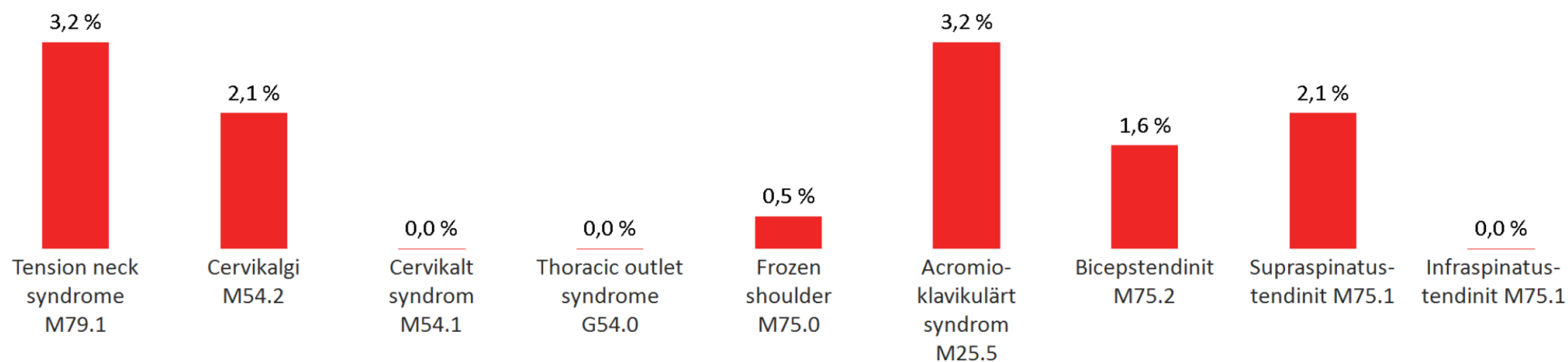
103 svar



Förekomst av diagnoser i nacke/axlar

(De som inte slutfört den medicinska kontrollen är exkluderade)

190 svar

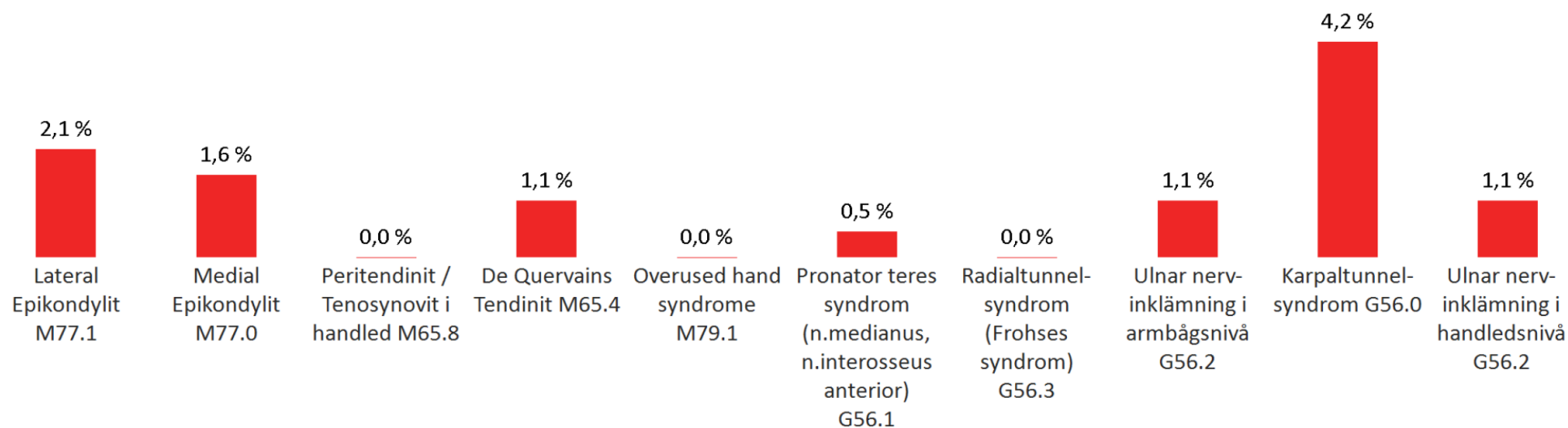


90 % av deltagarna har ingen av ovanstående diagnoser. En enskild deltagare kan ha flera diagnoser.

Förekomst av diagnoser i armbågar/händer

(De som inte slutfört den medicinska kontrollen är exkluderade)

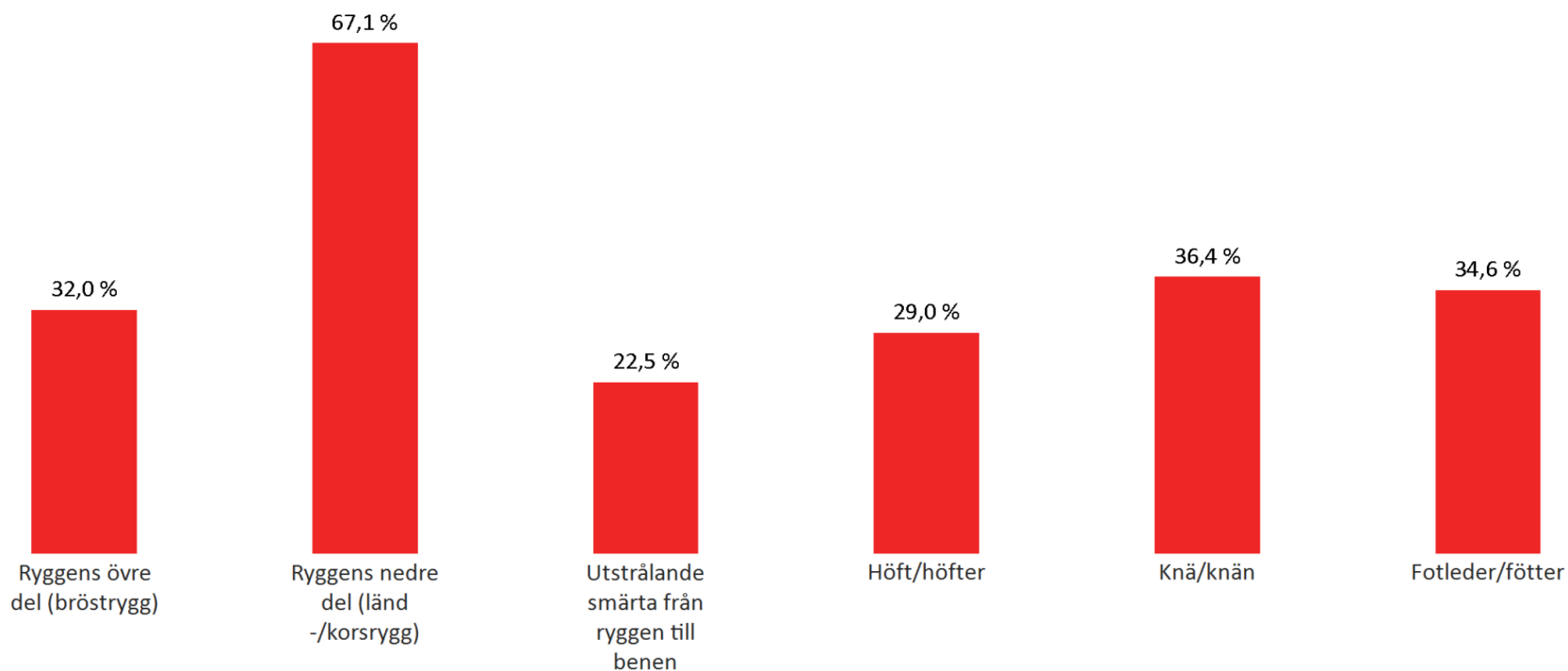
189 svar



90,5 % av deltagarna har ingen av ovanstående diagnoser. En enskild deltagare kan ha flera diagnoser.

Besvär rygg/höfter/knän/fötter de senaste 7 dagarna

231 svar

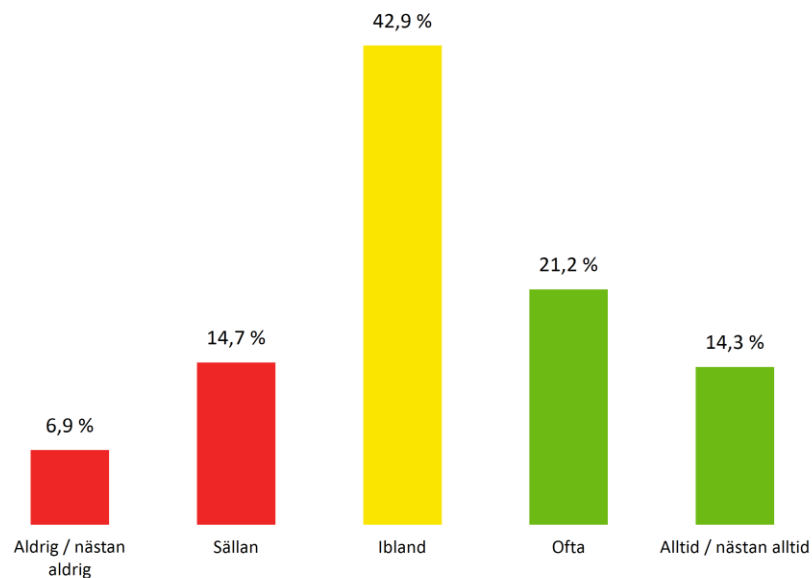


16,3 % av deltagarna har ingen av ovanstående besvär. En enskild deltagare kan ha flera besvär.

Återhämtning

Jag kan ta pauser i arbetet när jag behöver

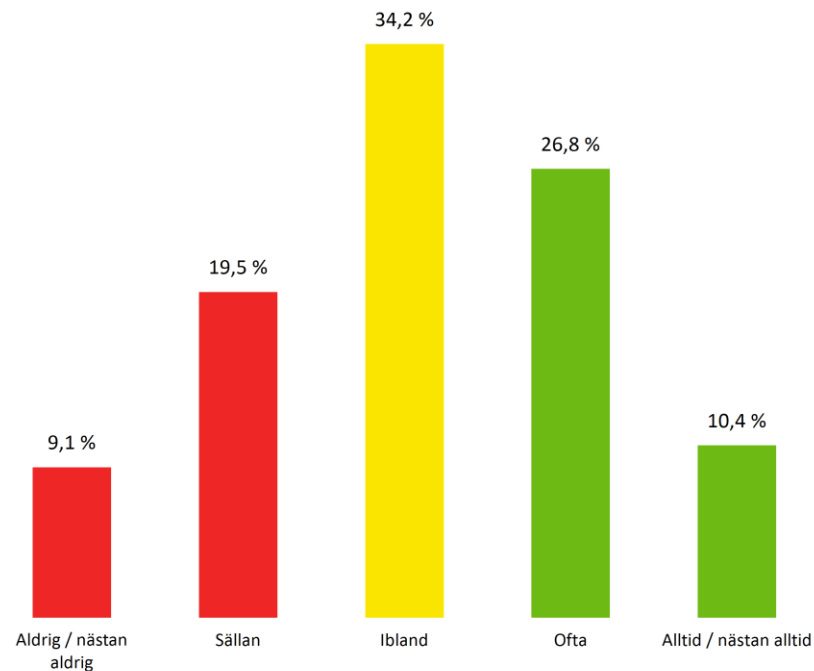
231 svar



Man klarar ofta perioder av hög arbetsbelastning bättre om man har möjlighet till ordentlig återhämtning. Att kunna ta kortare pauser är viktigt för både fysisk och psykisk återhämtning. Sådana återhämtningspauser är särskilt betydelsefulla när arbetet är intensivt och krävande eller vid långa arbetspass.

Jag har ork kvar för att göra andra saker efter arbetsdagens slut

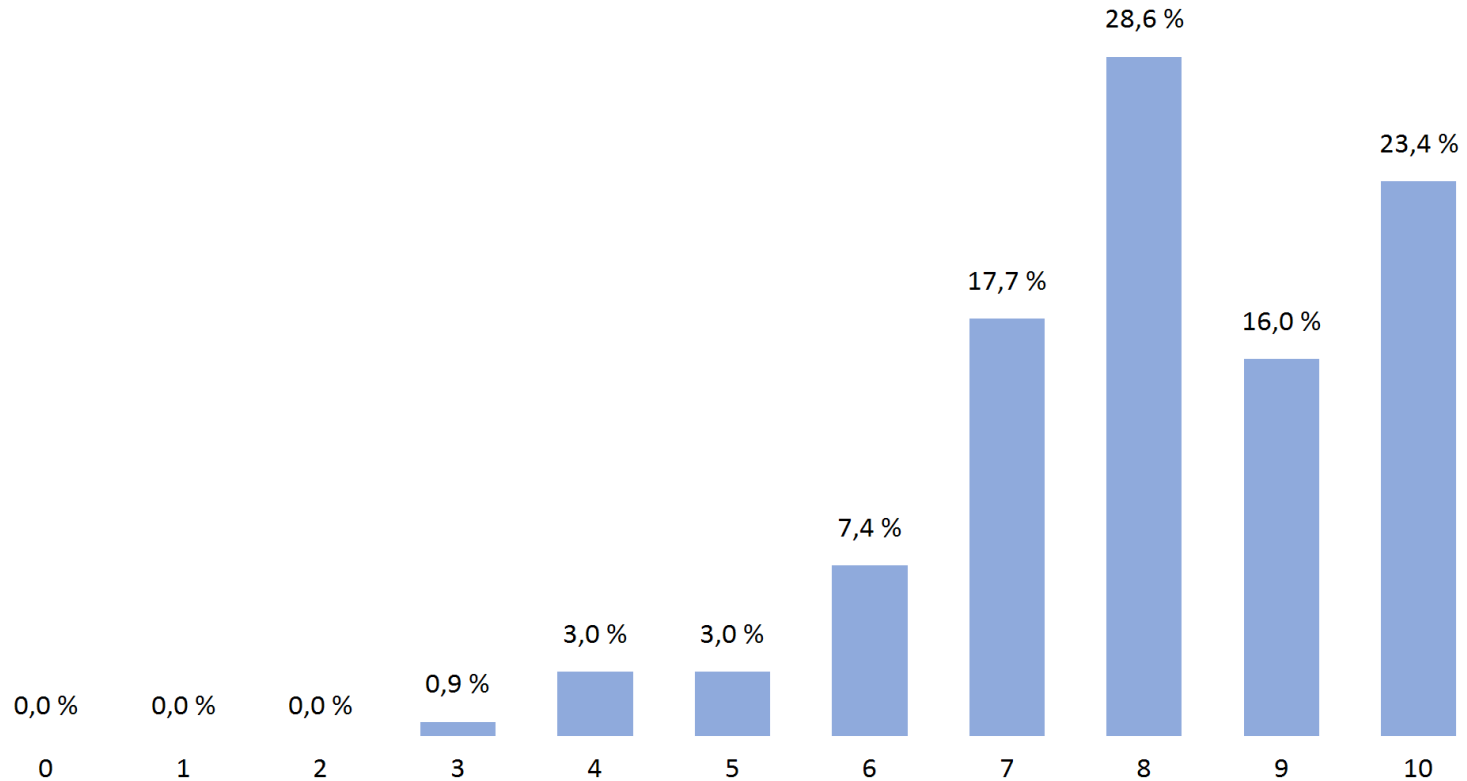
231 svar



Man riskerar annars slitage på kroppen, ökad olycksfallsrisk och sämre prestation. Man vill också ha krafter kvar att göra andra saker efter arbetsdagens slut.

Skattad arbetsförmåga

231 svar



Skattad nuvarande arbetsförmåga. 0 innebär att man inte kan arbeta, och 10 betyder att förmågan är som bäst.

Riskfaktorer för belastningsbesvär

Repetitivt arbete

Med repetitivt arbete menar vi att samma arbetsrörelser återkommer frekvent och att återhämtningen inom arbetsperioden är låg (6).

Vid hand- och armrörelser krävs också en stabilisering av axelleden mot skuldran, vilket innebär att musklerna runt skuldran är ständigt aktiva och därmed belastas statistiskt. Även dessa muskler får brist på återhämtning. Ett annat vanligt problem vid repetitivt arbete är att arbetsuppgifterna ofta är synkrävande, vilket medför att huvudet hålls framåtböjt och nacken belastas stor del av dagen. Det finns vetenskapligt stöd för att repetitivt arbete innebär risk för sjukdom/besvär i armbågar och underarmar (7).

Kraftkrävande arbete

Kraftkrävande arbete innebär hög anspänning av muskulaturen. Ofta förekommande och/eller höga kraftkrav innebär påfrestningar för muskler, senor och deras fäste på skelettet (6). Det finns vetenskapligt stöd för att kraftkrävande arbete innebär risk för diagnoser i skuldran, samt kliniskt diagnosticerad nacksmärta (7).

Lyft och manuell hantering

Med lyft och manuell hantering menas att lyfta, bära, skjuta och dra (6). Tunga lyft, eller ofta upprepade lyft förvärrar, liksom om hanteringen utförs i obekväma arbetsställningar, om bördan är svår att greppa eller om det är stora krav på precision.

Vibrationer

Vid arbete med vibrerande handverktyg förekommer det alltid en ergonomisk belastning eftersom det krävs en stabiliserande muskelaktivitet i hand, underarm och skuldra. Det kan finnas en synergieffekt, där kombinationen av kraft/ergonomisk belastning och vibrationsexponering ger en ytterligare ökad risk för besvär (8,9).

Referenser

1. Arbetsmiljöverket. "AFS 2001:01 Systematiskt arbetsmiljöarbete
http://www.av.se/lagochratt/afs/afs2001_01.aspx." 2001.
2. Arbetsmiljöverket. AFS 2019:3 Medicinska kontroller i arbetslivet.
<https://www.av.se/globalassets/filer/publikationer/foreskrifter/medicinska-kontroller-i-arbetslivet-afs-2019-3.pdf>
3. Jonker D, Gustafsson E, Rolander B. Medicinsk kontroll vid ergonomiskt belastande arbete MEBA (validitet av en screeningmetod anpassad för företagshälsovården) Rapport 18/2015.
<http://sodrasjukvardsregionen.se/download/medicinsk-kontroll-vid-ergonomiskt-belastande-arbete-meba-validitet-av-en-screeningmetod-anpassad-for-foretagshalsovarden/>
4. Nordander, C., et al. 2009 . "Risk of musculoskeletal disorders among females and males in repetitive/constrained work." *Ergonomics*. 52,1226–1239.
5. Gremark Simonsen J, Arvidsson I, Löfqvist L, Nordander C. Oroväckande prevalens av diagnoser ställda vid MEBA-undersökning. Rapport nr.19/2019, Arbets- och miljömedicin Lund.
6. Arvidsson. I och Nordander C. Är det farligt med repetitivt arbete? Kunskapsläget 2014, Rapport nr.14/2014, Arbets- och miljömedicin Lund.
7. SBU – Statens beredning för medicinsk utvärdering. Arbetets betydelse för uppkomst av besvär och sjukdomar. Nacken och övre rörelseapparaten. En systematisk översikt. SBU-rapport Nr 210, 2012.
8. Adamo DE, Martin BJ, Johnson PW. Vibration-induced muscle fatigue, a possible contribution to musculoskeletal injury. *Eur J Appl Physiol*. 2002;88(1-2):134-40.
9. Hand-arm vibration syndrome (HAVS) and musculoskeletal symptoms in the neck and the upper limbs in professional drivers of terrain vehicles—A cross sectional study, *Applied Ergonomics* 37 (2006) 793–79.

Fritext