



Arbets- och miljömedicin erbjuder information och utbildning om vibrationskontroller!

Enligt konsekvensbeskrivningen för de nya lagstadgade medicinska kontrollerna vid vibrationsexponering från 2005 kan nära 100 000 arbetstagare i Sverige behöva erbjudas läkarundersökning och periodiska kontroller vart tredje år. Det kan därför finnas ett behov av information och utbildning av läkare för att kunna ta hand om dessa kontroller. Arbets- och miljömedicin kommer under 2006 att kontakta företagshälsovårdsenheter, vårdcentraler och andra vårdenheter som kan tänkas vara intresserade av information och utbildningstillfällen om medicinska kontroller för vibrationsexponerade.

Sedan 2005 finns två föreskrifter om vibrationer från Arbetsmiljöverket med krav ställda på arbetsgivare vars personal utsätts för vibrationer.

1. En teknisk, Vibrationer (AFS 2005:15)

med: -regler för planering av arbete som innebär vibrationsexponering, -krav på riskbedömningar, -information, -när exponerade här rätt till medicinska kontroller.

2. En medicinsk, Medicinska kontroller i arbetslivet (AFS 2005:6):



-som beskriver på vilket sätt läkarundersökningen ska genomföras. Enligt skattningar från Arbetsmiljöverket kan 50-75 000 arbetstagare vara exponerade över insatsvärdet för helkroppsvibrationer, och 35 000 arbetstagare för insatsvärdet för hand-armvibrationer. Totala antalet yrkesverksamma i Sverige som utsätts för vibrationer minst en 1/4 av arbetstiden anges till ca 290 000 för hand-arm-vibrationer och ca 260 000 för helkroppsvibrationer.

Läkarundersökningen vid vibrationsexponering inriktas på vibrationsskadans kliniska manifestationer:

Vasospasm -Neuropati - Muskuloskeletal besvär

De medicinska kontrollerna omfattar:

A. En Nyanställningsundersökning: -Med syftet att upptäcka personer som är särskilt känsliga för vibrationer och rådgivning för att minska skaderisk.

B. Periodisk kontroll vart 3e år: -med syftet att upptäcka tecken på negativa hälsoeffekter och påtala dessa så att de inte förvärras eller drabbar andra på arbetsplatser.

Ni som är intresserade av information och utbildning kring

vibrationer och medicinska kontroller av vibrationsexponerade kan kontakta Arbets- och miljömedicin, tfn 018-611 36 42-43.

Referenser:

Medicinska kontroller i arbetslivet (AFS 2005:6)

Vibrationer (AFS 2005:15)

Robert Wälinder

Alla pratar om REACH!

REACH (Registration, Evaluation and Authorisation of Chemicals) ska bli EU:s gemensamma kemikalielagstiftning. Arbetet med att ta fram denna har pågått under flera år och är inte ännu i mål. De slutliga besluten förväntas under hösten 2006 och REACH kan då träda i kraft under våren/sommaren 2007.

Idag används ca. 30 000 kemiska ämnen inom EU, men bara 5 000 har testats och bedömts vad gäller hälsa och miljö. REACH innebär främst krav på tillverkare, leverantörer och importörer av kemiska ämnen när det gäller att undersöka och informera om ämnets egenskaper. Huvuddragen i förslaget innebär att: - Industrin ska registrera ca. 30 000 ämnen och riskbedöma ca. en tredjedel av dessa. Detta ska ske stegvis fram till år 2016.



fort sid 2

Ur innehållet:

Sid:

| | |
|--|-----|
| Vibrationskontroller | 1 |
| REACH | 1,2 |
| Personal på Arbets- och miljömedicin | 2 |
| Projekt | 3 |
| Typ-A beteende löper risk för utbrändhet | 4 |
| Ergonommöten på Arbetsmiljöverket | 4 |

Riskbedömningen ska främst omfatta särskilt farliga ämnen och ämnen med stora volymer.

- Informationen ska samlas i en särskild databas.

- Information om kemikalierna ska lämnas i säkerhetsdatablad som ska levereras tillsammans med produkten.

- Vissa speciellt farliga kemikalier ska inte få tillhandahållas utan särskilt tidsbegränsat tillstånd.

- Säkrare alternativ ska övervägas vid prövning av farliga ämnen (substitutionsprincipen).

- En ny myndighet, Europeiska Kemikaliebyrån, inrättas och placeras i Helsingfors.

Vad betyder REACH för Sverige? Ett ämne som uppfyller kraven i REACH får säljas i hela EU. Miljöbalkens övergripande bestämmelser om kemiska produkter måste ses över ur lagteknisk synvinkel. Föreskrifterna från Kemikalieinspektionen om klassificering och märkning kommer att ersättas av motsvarande regler i REACH. Föreskrifterna från Arbetsmiljöverket om kemiska arbetsmiljörisiker påverkas i princip inte, utöver att varuinformationsbladen kommer att ersättas med "säkerhetsdatablad".

En stor del av de kemiska produkter som används i Sverige tillverkas utomlands, och det har inte alltid varit så lätt att få den information som svenska regler förutsätter. På lite sikt bör REACH innebära att det kommer att finnas mer information tillgänglig om fler kemiska produkter och därmed underlätta arbetet med att förebygga kemiska arbetsmiljörisiker.

Se Faktablad från Kemikalieinspektionen: http://www.kemi.se/upload/Trycksaker/Pdf/Faktablad/FbReachsept04_web.pdf

Personalen på Arbets- och miljömedicin



Se namn nästa sida



Regionklinik för landstingen i
Gävleborgs, Dalarnas och Uppsala län:
Arbets- och miljömedicin,
Akademiska sjukhuset, 751 85 Uppsala,
Besöksadress: Ulleråkersvägen 40
Telefon: 018-611 36 42-43, Fax: 018-51 99 78
www.akademiska.se

**Aktuella projekt på
Arbets- och miljömedicin
och respektive projektledare**



1. Ekdahl Marianne, Projektsamordnare
2. Elfman Lena, Toxikolog
3. Engvall Karin, Forskare
4. Ghaffari Mostafa, Doktorand
5. Josephson Malin, Beteendevetare
6. Kim Jeong-Lim, Doktorand
7. Lindgren Torsten, Forskare
8. Löfgren Britt-Marie, Klinikassistent
9. Norbäck Dan, Yrkeshygieniker
10. Rask-Andersen Anna, Universitetslektor, Överläkare
11. Runeson Roma, Psykolog
12. Sahlberg Bo, Yrkes- och miljöhygieniker
13. Sieurin Leif, Psykolog
14. Skoglund Leni, Ergonom
15. Smedje Greta, Miljöhygieniker
16. Stark Stefan, Statistiker
17. Stöllman Åsa, Psykolog
18. Wieslander Gunilla, Överläkare
19. Voss Margaretha, Forskare
20. Wålinder Robert, Överläkare
21. Zetterberg Johan, Specialistläkare
22. Vingård Eva, Verksamhetschef, Professor, Överläkare
23. Öqvist Lenita, Informationsassistent

Ej på bild:

- Anundi Helena, Yrkeshygieniker
Ericsson Claes-Gunnar, Specialistläkare
Zhao Zhuohui, Doktorand

| | | |
|---|--|--|
| "Hållbar arbetshälsa i kommuner och lands-ting". Eva Vingård | "Effekter av partiell sjuk-skrivning". Eva Vingård | "Predicerande faktorer i ar-betslivet för en god hälsa". Eva Vingård |
| Återgång i arbete efter långtidssjukskrivning - predicerande faktorer i och utanför arbetet". Eva Vingård | "Naprapati eller evidensba-serad läkarbehandling - en randomiserad kontrollerad studie". Eva Vingård | "Riskfaktorer för muskulo-skeletal besvär i Sveriges befolkning". Leni Skoglund |
| "Stressreaktioner hos barn i relation till buller i sko-lan". Robert Wålinder | "Fönster, en förbisedd hälso-faktor". Robert Wålinder | "Akuta hälsoeffekter av 2-etylhexanol". Robert Wålinder |
| "Akuta hälsoeffekter av 1-okten 3-ol/Akuta hälso-effekter av 3-metylbuta-nol". Robert Wålinder | "Utveckling av systematiskt arbetsmiljöarbete i vård och omsorg". Robert Wålinder | "Lantbrukets arbetsmiljö" Anna Rask-Andersen |
| "Långtidsuppföljning av astma och andra luftvägs-symptom i Gävleborgs och Jämtlands län". Anna Rask-Andersen | "Asthma, allergi och sjuka hus symptom i skolmiljön - en uppföljning efter 10 år". Greta Smedje | "Bostadsmiljö, komfort och hälsa - brukarreaktioner i flerbostadshus med behovs-styrd ventilation". Karin Engvall |
| "Hälsomässigt Hållbara Hus - 3H". Karin Engvall | "Hästen i samhällsplanering-en". Lena Elfman | "Stallmiljöns betydelse för utveckling av luftvägssjuk-domar hos människa och häst". Lena Elfman |
| "Livskvalitet bland födo-ämnesöverkänsliga i celi-akistudien". Gunilla Wieslander | "Utvärdering av kosttillskott bland daghemsanställda i Uppsala. Hälsoutvärdering genom enkät, kliniska under-sökningar och biomarkörer". Gunilla Wieslander | "En interventionsstudie på förändringar av symptom och kliniska fynd (övre luft-vägar och ögon) på anställda i habiliteringsavdelning. Fuktstudien" Gunilla Wieslander |
| "Målarexpo-system för hälsoutvärdering och be-dömning av olika typer av vattenbaserad färg". Gunilla Wieslander | "En medicinsk och teknisk utvärdering av nya mätmeto-der för kemisk och mikrobi-ell exponering i fuktiga byggnader, med fokus på fukt i golvkonstruktionen". Dan Norbäck | "Hälsoeffekter av trafikmil-jön i Uppsala". Dan Norbäck |
| "Asthma, allergier och sjuka hus symptom (SBS) hos personal och elever i Skolor i Knivsta, Uppsa-la". Dan Norbäck | "Utvärdering av olika typer av ventilationssystem i sko-lor" Dan Norbäck, Greta Smedje, Robert Wålinder | "En jämförelse av halter av pälsdjursallergen och mikro-biella markörer i allergiför-skolor och konventionella förskolor". Dan Norbäck |
| "Luftvägar och hälsa i Europa (ECRHSII) re-spektive Norden/ Baltikum (RHINES)". Dan Norbäck | "Skolmiljö, astma och aller-gier hos elever i Shanghai, Taiyan (Kina) och Malay-sia". Dan Norbäck | "En jämförande studie av flyktiga organiska ämnen (VOC) i bostäder i Sverige och Japan". Dan Norbäck |

Inget bevis funnet för att personer med Typ-A beteende löper risk för utbrändhet!

Ulrika Eriksson Hallbergs nyutkomna avhandling ”A thesis on fire: studies of work engagement, Typ-A behavior and burnout” studerar om Typ-A beteendens grundläggande egenskaper ”att brinna” utgör risk för utbrändhet. Två populationer har studerats, den ena gruppen var 1127 anställda på två akutavdelningar och den andra gruppen var 521 anställda inom IT och konsultbranschen. Resultaten från avhandlingen är intressanta därför att Typ-A personer har funnits vara engagerade i sitt arbete, så som man har trott att människor med de egenskaperna är, men att deras stil inte resulterade i utbrändhet är nytt.



Typ-A beteende introducerades redan 1974 av två läkare, Friedman och Rosenman, som har observerat att hjärtinfarktpatienter hade liknade beteenden. *Typ-A* personer är produktorienterade, konkurrerande, tidspressade och otåliga samt fientliga och har ofta en blandning av dessa egenskaper. Men *Typ-A* beteenden är mindre skadliga under en arbetssituation som präglas av autonomi och ömsesidighet. Sådana förhållanden minskar risken för ohälsa och höjer arbetsengagemanget. *Utbrändhet* som term har redan använts 1970 av en klinisk psykolog, Herbert Freudenberg som arbetade med missbrukare. Han observerade vissa i hans personal hade drabbats av en emotionell utmattning som han döpte till utbrändhet. Christina Maslach har studerat detta fenomen vidare och definierat utbrändhet som ett syndrom bestående av emotionell utmattning, personlighetsförändring och nedsatt personlig prestation.

Utbrändhet och *arbetsengagemang* ses som varandras motpoler på

en linje av välbefinnande i arbetet. *Arbetsengagemang* betyder att vara engagerad, entusiastisk, idealistisk med brinnande intresse för sitt arbete och är hälsosamt om det bemöts med balanserad arbetsmängd, inflytande, uppskattning och stöd, rättvisa samt att det man gör är betydelsefullt.

Däremot om ett brinnande engagemang kombineras med överbelastning, konflikter och ambivalens, bristande erkännande eller brist på rättvisa kan detta bryta ned individens engagemang och resultera i utbrändhet. Alltså, *utbrändheten* ses som en nedbrytning av det inre känslomässiga engagemanget i arbetet och det förekommer när den inre motivationen är frustrerad av arbetsstress.

Metoder att studera arbetsengagemang är nya och har utvecklats av Schaufeli et al, 2002. Arbetsengagemanget studeras med hjälp av tre dimensioner; 1. Vigour, dvs att vara laddad med energi och vara spänstig i arbetet även under en tråkig arbetsdag, 2. Hängivenhet, dvs att vara stolt och övertygad att det man producerar är betydelsefullt, 3. Absorbering, dvs att vara så involverad i sitt arbete att man glömmer bort allt i sin omgivning.

Det konkluderas att den inre motivationen spelar viktig roll i utbrändhetsprocessen och därför bör man enligt Ulrika Eriksson Hallberg lägga fokus på hur arbetets utformning kan förhöja arbetsengagemanget. Det är viktigt att skilja mellan *utmattning* och *utbrändhet*. Även om *Typ-A* beteenden inte har samband mellan någon specifik utbrändhetreaktion så finns det relation mellan *Typ-A* och *utmattning*.

Roma Runeson

Referens:

Eriksson Hallberg, U. (2005). ”A thesis on fire: studies of work engagement, Typ-A behavior and burnout”. Psykologiska Institutionen, Stockholms Universitet, 106 91 Stockholm.

Ergonommöten på Arbetsmiljöverket

Arbetsmiljöverket och Ergonomisällskapet genomför tillsammans tre frukostmöten i januari och februari i Stockholm, Växjö och Luleå. Mötena avser att behandla förekommande uppgifter på Arbetsmiljöverket avseende ergonomi. Fokus riktas främst på ergonomer inom företagshälsovården.

Fredagen den 20 januari gavs rapport och orientering om Arbetsmiljöverkets hemsida. Prioriterade områden under året är buller och belastningsergonomi. Färdiga regelverket inom respektive område finns. Pågående arbete om publicerade standards avseende belastningsergonomi föredrogs. Information gavs om utveckling av standards och harmonisering av dessa till gemensam europeisk standard.

Även informationsmaterial i form av broschyrer avsedda för byggbranschen finns vid behov för beställning. Inte enbart säkerhets- utan även ergonomiska aspekter tas i beaktande vid frågor om byggnation. ADI 512 Byggnadssällningar, ADI 511 Stegar- Råd för steganvändning, ADI 539 Säkrare bygg- och anläggningsarbete (ergonomi sid. 6 och 14), ADI 574 Förebyggande förebyggande (ergonomi sid.2,4,7,8,9, och 10. ADI 583 Checklista för projekteringsansvar (ergonomi sid.10-15). Projekt angående fastighetsboxars införande i hyreshus belystes. Information om tillvägagångssätt vid arbetsmiljöinspektion gavs. Utvecklingen inom callcenters med dess speciella arbetsmiljö berördes med stark tillväxt inom branschen 1998-2002.

På Arbetlivsinstitutets hemsida belyses callcenterföretagens arbetsmiljö. Information gavs även om världskonferens angående datorn och arbetsmiljön i Stockholm 2007, där forskare och datoranvändare kommer att mötas för att meddela ny forskning och för erfarenhetsutbyte.

Leni Skoglund