

# Izobraževanje zaposlenih za zdravo in varno delo v Bolnišnici Topolšica

V Bolnišnici Topolšica (BT) posvečamo veliko pozornosti varnosti in zdravju pri delu. Zavedamo se, da je varnost in zdravje zaposlenih dobrina, ki jo moramo varovati. Ta dobrina ne nastane kar tako, ampak se je zanjo treba potruditi in vsak posameznik mora v to vložiti svoj prispevek. Le zdrav delavec, ki dela v varnem okolju, je lahko pri svojem delu uspešen in kreativen.



rih zdravstveno osebje opravlja svoje delo in naloge, predstavljajo najrazličnejša tveganja. Zdravstveni sektor je velik in zaposluje približno 10 % vseh delavcev v Evropski uniji. Med njimi je več kot tri četrtine žensk. Zaradi narave dela v zdravstveni dejavnosti je nujno, da sta varnost in zdravje prednostna naloga.

## Bolnišnica Topolšica

Bolnišnica Topolšica je javni zdravstveni zavod. V zdajšnji obliki posluje od preoblikovanja Zdravstvenega zavoda Velenje dne 31. 12. 1993. Ustanovitelj je Republika Slovenija, po sklepu ustanovitelja je Bolnišnica Topolšica specialna bolnišnica, ki opravlja zdravstveno dejavnost na sekundarni ravni, ki obsega specialistično ambulantno in specialistično bolnišnično dejavnost na področju splošne interne, pljučnih bolezni in tuberkuloze ter druge spremljajoče dejavnosti specialistične bolnišnične dejavnosti (Letno poročilo BT za l. 2010).

Za izvajanje dejavnosti Bolnišnice Topolšica so v skladu s statutom organizirane strokovne medicinske enote in administrativne ter tehnično preskrbovalne enote.

**Strokovne medicinske enote:** pljučni oddelek, interni oddelek, intenzivna terapija, specialistične

## Uvod

V Bolnišnici Topolšica je prisotna skrb za zdravje zaposlenih. V veliki meri si prizadevamo krepiti zdravje zaposlenih, zmanjševati negativne vplive delovnega okolja, delovno invalidnost in absenzizem, zato je Bolnišnica Topolšica pristopila k uvajanju promocije zdravja na delovnem mestu. To področje je v bolnišnici eno od štirih najpomembnejših področij upravljanja kakovosti. Delavci v zdravstvenem sektorju se ukvarjajo s številnimi dejavnostmi in okolji, ki ogrožajo njihovo zdravje in pomenijo tveganje za poklicne bolezni ali z delom povezane nezgode. Številna okolja, v kate-

## Avtorica:

pred. mag. Brigita Putar,  
viš. med. s., univ. dipl. org.  
Bolnišnica Topolšica  
Topolšica 61  
3326 Topolšica

Zaposleni po stanju na dan 31. 12. 2010														skupaj	
Storžnja strokovna izobrazba	VII	VII	VII	VII	VII	VII	VI	VI	V	V	IV	III	II		I
Zaposleni	specialist	zdravnik	špolska - izant	sekundarj	DMS	ostali visoka izobr.	VMS	ostali višjaa izobr.	medicinski tehnik	ostali srednja izobr.					
Zdravstveni delavci	7	1	3		26	1			69						107
Zdravstveni sodelavci	1					16				7		1			25
Nezdravstveni delavci						13		7		12	18	15	19		84
Pripravniki z medicinsko izobrazbo									4						4
Pripravniki ostali															0
<b>Skupaj</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>30</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>73</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>19</b>	<b>0</b>	<b>220</b>
Od skupaj zaposleni za določen čas			1			1			17	1			1		21

**Tabela 1:** Število zaposlenih v BT po profilih in stopnji izobrazbe na dan 31. 12. 2010 (LP 2010)

ambulante, endoskopski center, laboratorij, fizioterapija, rentgen in CT, lekarna.

**Administrativne in tehnično pre-skrbovalne enote:** uprava, kuhinja, pralnica in vzdrževalna enota.

**Področja politike kakovosti v Bolnišnici Topolšica so:**

- osredotočenost na pacienta,
- stalno izboljševanje procesov,
- promocija zdravja pri delu,
- dvig znanja in kulture zaposlenih (Politika kakovosti BT, 2011).

**Izobraževanje zaposlenih v Bolnišnici Topolšica na področju varnosti in zdravja pri delu**

Izobraževanje zaposlenih v bolnišnici poteka po letnem planu na področju varnosti in zdravja pri delu ter promocije zdravja. Usposabljanja, ki se izvajajo, so izobraževanja za varno in zdravo delovno okolje za posamezne skupine zaposlenih v bolnišnici. Izobraževanje zaposlenih v BT teče po programu in traja 3 šolske

ure. Razdeljeno je na 8 delov z naslednjo razdelitvijo trajanja (v odstotkih):

1. uvod (0,5 %),
2. teoretično usposabljanje – splošni del (7 %),
3. teoretično usposabljanje – posebni del (12 %),
4. teoretično usposabljanje – konkretni del (35 %),
5. požarna varnost (18 %),
6. praktično usposabljanje (15 %),
7. preverjanje in ugotavljanje usposobljenosti (12 %), zaključek (0,5 %).

Izobraževanje za varno in zdravo delo v BT izvaja zunanje podjetje s strokovno usposobljenimi kadri – varnostnimi inženirji.

V uvodu varnostni inženir predstavi program izobraževanja – usposabljanja. Sledi teoretični del – Zakon o varnosti in zdravju pri delu, terminologija izrazov, izjava o varnosti z oceno tveganja, interni akti o varnosti in zdravju pri delu, organiziranje varnosti in zdravja v podjetju, obveznosti in pravice delavca in delodajalca, splošne nevarnosti pri opravljanju dela, podzakonski predpisi o

varnosti in zdravju pri delu, poškodbe pri delu in prva pomoč, definicija zdravja, kaj je poškodba pri delu, ukrepi v primeru težje poškodbe, lažje poškodbe pri delu in ukrepi v primeru poškodbe na ali z dela in na službeni poti, prijavljanje poškodbe pri delu – interni dogovor o pravilih prijavljanja poškodbe. Nato sledi izobraževanje in usposabljanje iz posebnega dela, ki ga vodita varnostni inženir in pooblaščenka za VZD v bolnišnici, in sicer o nevarnih snoveh, nevarnosti električnega udara, transportnih poteh in poteh za gibanje delavcev, varnostnih znakov, uporabi osebne varovalne opreme, ergonomiji v zdravstvu, premeščanju bremen in požarni varnosti.

Vsebina usposabljanja je omejena na delovno okolje, delovno mesto, sredstva za delo, delovno opremo in varno in zdravo opravljanje del in nalog.

Praktično usposabljanje za zdravo in varno delo se izvede na delovnem mestu in v delovnem okolju, kjer mora delavec pokazati zahtevana opravila. Pri usposabljanju

sodeluje odgovorna oseba delodajalca. Odgovorna oseba je oseba, ki pozna vse nevarnosti in škodljivosti, ki jim je podvržen delavec, ki opravlja praktičen preizkus usposobljenosti. Odgovorna oseba mora poznati pravilne, varne in zdrave postopke in metode opravljanja dela. Prevzeti mora tudi odgovornost, da je delavca seznanila z vsemi nevarnostmi in škodljivostmi pri njegovem delu in da ga je v fazi usposabljanja tudi usposobila za varno in zdravo opravljanje dela.

Ugotavljanje teoretične usposobljenosti je pisno ali ustno na podlagi zastavljenih vprašanj. Ugotavljanje praktične usposobljenosti poteka tako, da delavec prikaže zahtevano opravilo pred odgovorno osebo in izvajalcem. Za vsako opravilo se poda ocena uspešnosti z »DA«, kar pomeni uspešno, ali »NE«, kar pomeni neuspešno (Program izobraževanja VZD BT, 2010).

Ob zaključenem izobraževanju vsak delavec dobi zloženko – Informacije o varnosti pri delu, požarni varnosti in ergonomiji v Bolnišnici Topolšica.

Izobraževanja se udeležujejo novozaposleni, pripravniki, delavci po daljši odsotnosti z dela (več kot 3 mesece), delavke po porodniškem dopustu, delavci, ki so razporejeni



Oznaka kisika na jeklenki

na drugo delovno mesto, in vsi ostali delavci na vsaki dve leti.

### Usposabljanje delavcev za varno delo s kisikom

Bistvo zakonodaje na področju nevarnih snovi, kamor spada tudi kisik, je zagotoviti varno ravnanje s snovmi, ki imajo nevarne lastnosti, in uvesti nadzor nad proizvodnjo, prodajo in uporabo. Povzetek varnostnih listov je navodilo za varno delo (NVD), ki naj bi bilo vedno dostopno delavcem na delovnem mestu. V bolnišnicah mora biti NVD s kisikom dostopno vsem zaposlenim, ki se s kisikom srečujejo pri svojem delu (vzdrževalci, medicinske sestre, zdravniki). Zdravstveni delavci naj bodo poleg pripravljenih navodil delodajalca za varno delo tudi usposobljeni za varno ravnanje s kisikom, kisikovimi jeklenkami in tekočim kisikom. Izvajalci zdravstvene dejavnosti v bolnišnicah imajo sprejete standarde o aplikaciji kisika z različnimi pripomočki (nosni kateter, maske z majhnimi in velikimi pretoki kisika), ki so zaposlenim v pomoč za strokovno in varno delo (Putar, 2011). V Bolnišnici Topolšica imamo poleg tega še navodila za varno ravnanje s kisikovimi jeklenkami. Pravilno ravnanje s plinom je pogoj za varno in zdravo delo v zdravstvenih ustanovah, za ta namen v Bolnišnici Topolšica izvajamo redna usposabljanja za zaposlene, ki ravnaajo s kisikom. Leta 2010 in 2011 smo v bolnišnici usposobili vse delavce za



10-kilogramske jeklenke za kisik



Znak za oksidativnost

varno ravnanje in jih seznanili z NVD s kisikom. Služba za VZD spremlja kakovost dela z nadzori pri ravnanju s kisikom (zapiranje jeklenk po uporabi, shranjevanje jeklenk, ravnanje zdravstvenih delavcev, vzdrževalcev).

### Navodilo pri ravnanju s kisikovimi jeklenkami

1. Osebe, ki pri svojem delu uporablja kisikove jeklenke, mora biti usposobljeno za uporabo kisikovih jeklenk, poznati tveganja, ki so povezana z gorenjem, vžigom, požarom.
2. Vzdrževalci izvedejo pregled kisikove jeklenke, preden jo predajo osebi, ki ravna z jeklenko (nalepke na jeklenki, rok uporabe, opravljen servis).
3. Negovalno osebo ob transferju\* bolnika preveri, če ima v

\* Transfer: Prevoz ali spremstvo bolnika s sedečim ali ležečim vozičkom na naročene preiskave, preglede, prevoz ali spremstvo bolnika do toaleta, v dnevni prostor ...





jeklenki dovolj kisika za transfer, ker so med transferjem možne prekinitve, zamude zaradi čakanja na dvigalo, potreba po večjem dotoku kisika, gost promet po hodnikih, transportnih poteh.

4. Oseba, ki ravna s kisikovo jeklenko, naj preveri svoje roke, da so čiste in ustrezno osušene po uporabi razkužila ali alkoholnih gelov zaradi nevarnosti izgorovanja olja in masti.
5. Ventil kisikove jeklenke je treba počasi odpirati pri zaprtem reducirnem ventilu in preveriti, da ne pušča.
6. Ventile kisikovih jeklenk je treba po uporabi zapreti in nato izpustiti kisik še iz reducirnega ventila.
7. S kisikovimi jeklenkami mora oseba ravnati previdno in jih varovati pred padci. Če jeklenka pade, je treba preveriti njeno nadaljnjo uporabo.
8. Kisikove jeklenke morajo biti na stojalu s 3–5 kolesčki in zaradi varnosti pred padci pritrjene

na dveh delih.

9. Območje, kjer so kisikove jeklenke, naj bo označeno, prezračeno, čisto in suho. To območje mora biti brez vseh virov vžiga (bolniki, obiskovalci, ki kadijo) in ne sme biti v bližini grelnih teles in aparatov.
10. Če oseba, ki bo ravnala s kisikovo jeklenko ali med ravnanjem opazi poškodovan ventil, puščanje kisika, nezavaro jeklenko, mora napako javiti dežurnemu vzdrževalcu.

### Usposabljanje delavcev za zdravo delo v pisarnah

Delovno mesto zdravstvene administratorke, delavcev v upravi, medicinskih sester v administraciji ob vpisu in sprejemu zahteva uporabo računalnika in primerne pisarniške opreme. Pri delu se zaposleni vse prevečkrat srečujejo z neprimerno in zastarelo pisarniško opremo in računalniško tehnologijo, ki je zaradi prostorske stiske nakopičena v premajhnih prostorih ter na nepravilni razdalji od oči. Zastarela osnovna oprema (okna, vrata, pisalne mize) povzroča težave, saj se zaradi tega zaposleni srečujejo z različnimi obolenji. Sem lahko uvrščamo slabši vid in sluh, okvaro hrbtenice in ramenskega obroča, krčne žile in bolezen karpalnega kanala.

Da bi do teh obolenj prihajalo v čim manj primerih, v BT izvajamo izobraževanje in usposabljanje o varnem in zdravem delu v delovnem okolju pisarn in pri delu za

zaslonom. Zaposlene poučimo, predlagamo razporeditev računalniške opreme v delovnem okolju. V letošnjem letu so zaposleni dobili podnožnike za noge, v prihodnjem je v načrtu menjava pisarniških stolov z ergonomskimi stoli za delo z računalnikom. Posodobljena je tudi računalniška oprema z večjimi zasloni. Pri zaposlenih v pisarni uvajamo tudi aktivne odmore z razgibanjem. Za aktivne odmore imajo zaposleni pripravljene vaje, tudi slikovno podkrepjene. Zaposlene spodbujamo – predvsem zdravstvene administratorke – k večkratnim odmorom, kar je koristno za oči in roke. Zaposlene na izobraževanjih seznanjamo tudi z metodo 5 S, ki temelji na področju kakovosti dela v pisarnah in govori o **varnem, standardiziranem, zmogljivem in učinkovitem delovnem okolju za vsak dan**.

### Usposabljanje negovalnega osebja za razbremenjevanje težkih bremen

Mišično-kostna obolenja v zdravstveni dejavnosti zajemajo širok spekter zdravstvenih težav. Glavne skupine so bolečine hrbta in poškodbe in obolenja zgornjih udov, povezani z delom, splošno znani pod imenom »poškodbe zaradi ponavljajočih se obremenitev«. Prizadeti so lahko tudi spodnji udi. Zdravstvene težave segajo od neprijetnega občutka, manjših in večjih bolečin do resnejših zdravstvenih stanj, ki zahtevajo bolniško odsotnost,

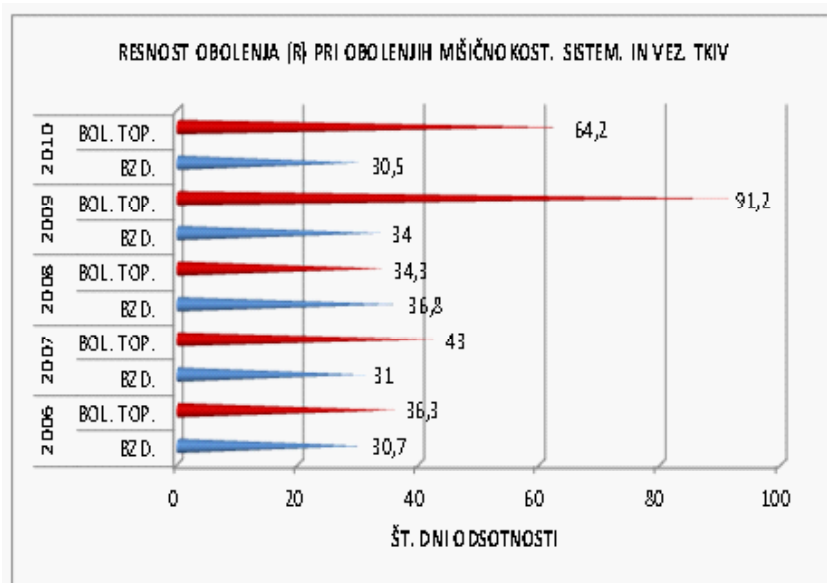
medicinsko in bolnišnično zdravljenje. V bolj kroničnih primerih sta zdravljenje in ozdravitev pogosto neuspešna, posledica pa je lahko trajna invalidnost in izguba zaposlitve. Vendar pa bi lahko, če bi izpolnjevali veljavno zakonodajo o varnosti in zdravju ter upoštevali navodila o dobri praksi, večino težav preprečili ali zmanjšali.

Fizikalni vzroki mišično-kostnih obolenj so: ročno premeščanje bremen in bolnikov, slaba drža in nerodni gibi, nepravilni postopki in metode pri premeščanju bolnikov, neuporaba ergonomskih pripomočkov, vztrajno ponavljanje gibov, silovito delo rok, neposredni mehanski pritisk na telesna tkiva, tresljaji. Medicinske sestre



imajo pogosto pomisleke glede uporabe pripomočkov in imajo večkrat odklonilen odnos do uporabe. Najbolj pogosti razlogi za neuporabo pripomočkov so: pripomočki niso na voljo, niso usposobljene za pravilno uporabo pripomočkov, pripomočkov v bolnišnici ni dovolj, slaba izkušnja s pripomočki, pripomoček ni všeč bolnikom (Putar, 2009).

Vzroki, povezani z organizacijo dela, so: ritem dela, ponavljajoče



**Graf 1:** Resnost obolenja (R) pri obolenjih mišično-kostnih in vez. tkiv *R (resnost) – povprečno trajanje ene odsotnosti z dela zaradi bolezni, poškodbe ali drugega zdravstvenega vzroka. V vseh analiziranih letih je obdobje odsotnosti delavca v BT daljše kot v bolnišnično zdravstveni dejavnosti (BZD) v Sloveniji, le leta 2008 je izenačitev. Leta 2009 in 2010 pa gre zopet za večje razhajanje.*

se delo, nezadostno število delavcev pri posameznem opravilu (premeščanje težjega bolnika), časovni vzorci, plačilni sistemi, monotono delo in psihosocialni dejavniki dela.

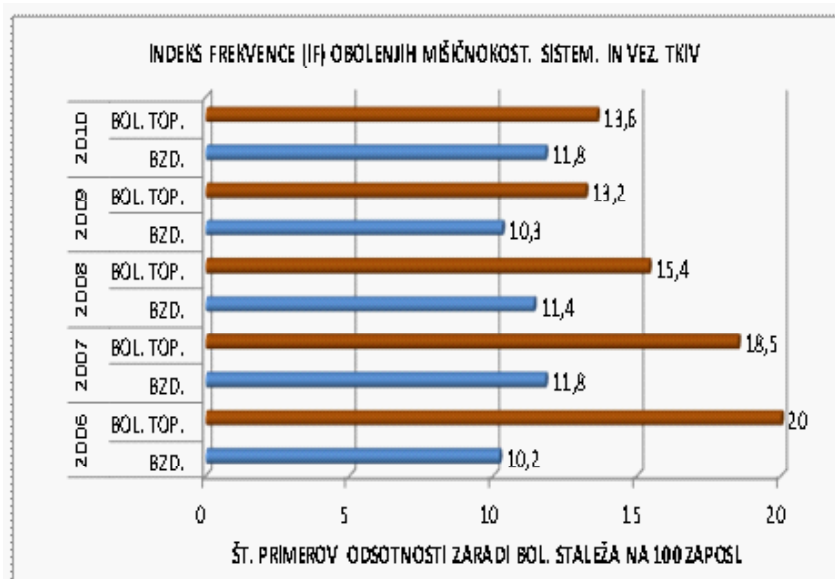
Leta 2011 smo v okviru varnosti in zdravja pri delu pripravili dve delavnici o premeščanju bremen s pripomočki. Pripomočke je predstavila zastopnica podjetja, po predstavitvi je pooblaščenka za varnost pri delu s pomočjo zastopnice z medicinskimi sestrami izvajala praktične vaje premeščanja pacienta s stola na sedeči voziček, s sedečega vozička na posteljo. Nad pripomočki za premeščanje so bile medicinske sestre navdušene, ker je bilo dvigovanje in premeščanje zelo enostavno in ni predstavljalo obremenitve. Glavna medicinska sestra je pripomočke vključila v predlog nabave za prihodnje leto,

hkrati pa bodo potekale delavnice učenja ravnanja s pripomočki za negovalno osebje.

V BT imajo delavci na področju ergonomije na razpolago zloženko Ergonomske smernice za lažje rokovanje z bolniki. Opisuje nevarnosti, ki obstajajo pri premeščanju, dvigovanju bolnikov in navodila, kako ergonomsko premeščati bolnika z drsno rjuho, posedanje bolnika ...

### Zaključek

V letošnjem letu smo v BT opravili analizo zdravja zaposlenih v obdobju od leta 2006 do 2010. Edini kazalnik, ki kaže na odsotnost z dela zaradi bolezni, poškodb, nege, je kazalnik bolniškega dopusta. Ta je v BT v vrhu glede na bolnišnično zdravstveno dejavnost. Najbolj izstopajo podatki o bolniškem dopustu zaradi mišično-kostnih obolenj.



**Graf 2:** Indeks frekvenca (IF) pri obolenjih mišično-kostnih sistem. in vez. tkiv. Indeks frekvenca (IF) – število primerov odsotnosti z dela zaradi bolniškega dopusta na 100 zaposlenih v letu prikazuje grafikon št. 2. V BT je indeks frekvenca vedno višji kot za bolnišnično zdravstveno dejavnost (BZD.). Iz grafikonov je razvidno, da kadar je resnost nižja, je IF večji, če je večji IF, je R nižja. Leta 2010 je indeks frekvenca nižji, je pa povečana resnost obolenja.

Na podlagi analize zdravja smo v BT v okviru promocije zdravja predvideli dolgoročne in kratkoročne cilje na področju zmanjševanja kostno-mišičnih obolenj in s tem zmanjševanje bolniških odsotnosti.

Kratkoročni cilji na področju promocije zdravja so: ozaveščanje o ergonomskem delu (januar 2012), usposabljanje posameznih skupin za varno in z ergonomskimi postopki podprto delo (marec 2012), predstavitev delovnih pripomočkov, uvedba in nadzor nad pravilno uporabo (januar 2012), ozaveščanje zaposlenih o novostih na področju ergonomije in obveščanje zaposlenih o izvedbah delavnic – intranet, oglasne deske, priprava navodil (jun. 2012 – ob uvedbi pripomočkov, novih tehnik dela).

Za izboljšanje delovnega okolja in počutja zaposlenih v Bolnišnici Topolšica ima vodstvo in ekipa na področju varnosti in zdravja pri delu s pooblaščenim zdravnikom medicine dela in svetovalcem za promocijo zdravja še veliko skupnega dela pri vlaganjih za izboljševanje delovnih okolij in mest, zmanjševanje obremenitev pri delavcih, zmanjševanje delovnega stresa, izgorlosti in za prvovrstno nalogo v ospredje postavljati delavce, ki so pogoj za uspeh podjetja – bolnišnice.

### Literatura

Letno poročilo Bolnišnice Topolšica za leto 2010, Topolšica, marec 2011.  
Politika kakovosti, ISO standard, oktober 2011.  
Program izobraževanja VZD v BT,

Provarnost, s. p., Topolšica, januar 2010.

Putar, B. Ergonomski pristopi za boljšo udobnost in varnost bolnikov. Stiki ZN, 2011.

Putar, B. Analiza vpliva človeških dejavnikov in postavitve ergonomskih standardov pri zdravstveni negi bolnikov (magistrska naloga). Kranj: Univerza v Mariboru, 2009.