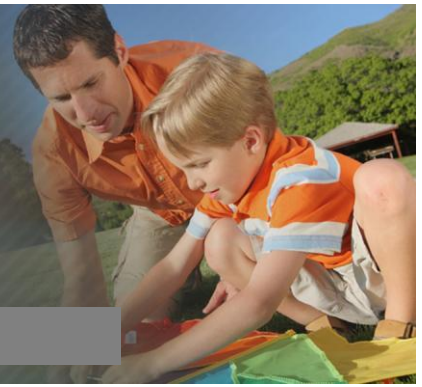




Eszköztár reumatológiai betegségben szenvedő olyan fiatalok számára,

akik a rehabilitációt követően újra munkába állnak



A munkakörnyezet átalakítása

A munkakörnyezet átalakítása számos reumatológiai betegséggel élő munkavállaló számára jelentős könnyebbséget ad. Függetlenül attól, hogy a betegségét a munkája idézte elő vagy súlyosbította, illetve, hogy az állapota romlott-e azóta, mióta utoljára dolgozott, az ön számára is hasznosak lehetnek a munkakörnyezetének bizonyos átalakításai. Ez lehet a munkaállomása vagy a munkaeszközei igényeihez való igazítása, vagy a munkavégzés módosítása, például rugalmas munkaidő bevezetése. Ahhoz azonban, hogy a reumatológiai betegséggel vagy fogyatékkal élő munkavállalók munkakörnyezetének átalakítására sor kerüljön, először tájékoztatnia kell a potenciális munkaadóját a betegségről. (Lásd még a *Felfedni vagy eltitkolni?* című tematikus lapot!)

Munkahelyi egészség és biztonság

Minden munkavállalókat foglalkoztató cégnek és szervezetnek be kell tartania az egészségi és biztonsági előírásokat. Ezeknek az előírásoknak az a célja, hogy megelőzhetőek legyenek a balesetek, illetve minél kisebb legyen az egészségi kockázatok felmerülésének lehetősége például azáltal, hogy az alkalmazottakat kötelezik védőruha viselésére, vagy biztosítják, hogy a munkaeszközök minden esetben alkalmasak legyenek a rendeltetési céljukra való használatra. Az egészségi kockázatok közé tartoznak a mozgásszervi problémák is – ez az a terület, ahol a foglalkozás-egészségügyi és ergonómiai szakemberek bevonásával értékelhető a munkakörök, feladatok és az ezek elvégzésének teret adó munkakörnyezet kapcsolata, és meghatározható, hogy a munkakörnyezetet, munkafeltételeket hogyan lehet az alkalmazottak igényeinek, képességeinek és korlátainak megfelelően kialakítani. Ide tartozhat például a megfelelő, állítható székek biztosítása a gerincproblémák kialakulásának megelőzése érdekében, vagy bizonyos speciális igényeket kielégítő munkaeszközök biztosítása. A jól megtervezett munkaeszközök, berendezések nem csak a reumatológiai betegséggel élő alkalmazottak, hanem minden munkavállaló javát szolgálják.

Az egészséges munkahely a dolgozók és a vállalat számára egyaránt hasznos.

A munkaadókat törvény kötelezi a munkahely munkavégzést elősegítő célzatú átalakítására. Ez azt jelenti, hogy egyrészt a munkát a munkavállalóra kell "szabni", másrészt azt, hogy adott feladat elvégzésére az arra alkalmas munkaerőt kell kiválasztani.



Alkalmazotként köteles a gépeket és berendezéseket rendeltetésszerűen használni, valamint tájékoztatni a munkaadóját minden olyan helyzetről, amely az ön vagy mások munkahelyi egészségét és biztonságát veszélyeztetheti.

Annak meghatározása céljából, hogy az ön esetében milyen átalakításokat érdemes megvalósítani a munkakörnyezetében, foglalkozás-egészségügyi vagy ergonómiai szakember által végzett kockázatelemzésre lehet szükség. A kockázatelemzés céljára számos módszer áll rendelkezésre, és a különböző országokban sokszor eltérő eljárásokat alkalmaznak. A kockázatelemzés célja, hogy megállapítsa, milyen módosításokra van szükség az ön esetében ahhoz, hogy dolgozhasson.

Munkakörnyezet és munkaeszközök

Európában az egészségügyi és biztonsági jogszabályok előírják a munkaadók számára, hogy bizonyos átalakításokat hajtsanak végre az arra rászoruló alkalmazottaik számára. A reumatológiai betegséggel élő munkavállalók esetében ezek közé az átalakítások közé tartoznak az alábbiak:

- Szükség esetén a munkahely fogyatékkal élő dolgozók igényeinek megfelelő kialakítása. Ide értendők a fogyatékkal élő személyek által közvetlenül használt ajtók, átjárók, folyosók, lépcsőházak, zuhanyzók, mosdók és munkaállomások.
- A megfelelő munkaeszközök rendelkezésre állásának biztosítása.
- A munkahely ergonómiai követelményeket figyelembe vevő átalakítása.

További információkért lásd az Occupational Safety and Health Administration (OSHA) weboldalát: www.osha.gov/

A munkahely átalakításának finanszírozását az adott ország jogszabályai határozzák meg. Valójában, bár léteznek jogszabályok, és azok alkalmazhatók a nagyobb munkaadó cégek esetében, számos kisebb vállalkozás nem feltétlenül rendelkezik a lehetőségekkel és forrásokkal ahhoz, hogy az összes, vagy akár csak néhány szükséges átalakítást elvégezzen, illetve, hogy a munkakörnyezetet az ön igényeihez igazítsa.

Munkaidő

Mivel a reumatológiai betegséggel élők állapota hullámzó, nagyon fontos lehet számukra a rugalmas munkaidő lehetőségének biztosítása, mivel így a munkavégzés nincs számukra adott időponthoz kötve. A rugalmas munkaidő hasznos megoldás mind a reumatológiai betegséggel élő munkavállalók, mind a munkaadók szempontjából, mivel ezáltal kiküszöbölhetők például a reggeli ízületi merevség, a kimerültség és a kórházi és egyéb kezelésekre miatti munkahelyi hiányzások. Egyes vállalatok hajlandóak arra is, hogy egy másik alkalmazottal megosztott munkakörben alkalmazzanak betegséggel élő munkavállalókat. Ugyanakkor vannak bizonyos munkakörök, amelyek betöltésére alkalmasabbak az ilyen munkavállalók, mint kollégáik.



* Az **ergonómia** egyrészt tudományág, amely az adott rendszer emberi eleme és a többi rendszerelem közti kölcsönhatások vizsgálatával foglalkozik, másrészt szakma, amely elméleteket, elveket, adatokat és módszereket alkalmaz a tervezés folyamán a célból, hogy optimalizálja az emberi jó közérzetet és a rendszer teljesítőkéességét. (IEA, 2000)