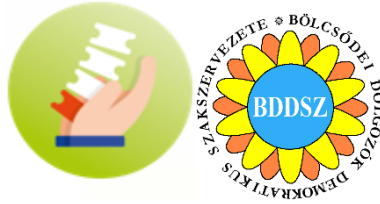


A bölcsődei dolgozók váz- és izomrendszeri terhelése < összefoglaló >





A bölcsődei dolgozók váz- és izomrendszeri terhelése Kutatási eredmények 2021–2022.

A kutatás előzményei

Közismert tény, hogy a csecsemők születéskori súlya egyre nagyobb, mint néhány évtizeddel ezelőtt volt, a szobatisztaság pedig egyre jobban kitolódik, ezért a 0–3 éves kisgyermekes intézményben való ellátása jelentős fizikai igénybevételt igényel a bölcsődei kisgyermeknevelőktől; ráadásul munkaidejük jelentős részét kényszertesthelyzetben: guggolva, hajolva (szőnyegen ülve) töltik. A bölcsődei kisgyermeknevelők a gyermekek napi ellátása során legkevesebb 936 kilogrammnyi, azaz közel egy autó súlyát kitevő tömeget mozgatnak. Ez azonban azzal a következménnyel jár, hogy ezek a dolgozók mozgásszervi fájdalommal terheltén végzik mindennapi munkájukat, tesznek eleget hivatásuknak.

A mozgásszervi fájdalommal terhelt munkavégzés jelensége nem kizárólag hazai előfordulású, hiszen Európa-szerte munkavállalók milliói szenvednek munkával összefüggő váz- és izomrendszeri megbetegedésekben. A hatodik európai munkakörülmény-felmérés adatai alapján ötből mintegy három európai munkavállaló számol be váz- és izomrendszeri panaszokról.

A **munkával összefüggő váz- és izomrendszeri megbetegedések** a testet felépítő struktúrák, így az izmok, az ízületek és az ínak olyan betegségei, amelyeket elsősorban a munka, illetve a közvetlen munkakörnyezet okoz vagy súlyosbít. Ezek a megbetegedések nagyban ronthatják az egyén életminőségét és munkaképességét; a betegszabadság, a teljes munkaképtelenség és a korai nyugdíjazás leggyakoribb okai közé tartoznak.

Szakszervezetünk ezeket a folyamatokat felismerve **2020**-ban meghirdette a ***bölcsődei- és gyermekvédelmi dolgozók egészsége éve programját***, majd **2021-ben országos kutatást** szervezett a ***bölcsődei dolgozók vázizomrendszeri állapotának megismerése és javítása*** érdekében. A BDDSZ vállalása illeszkedik az EU 2020–2022 időszakra meghirdetett „*Legyen könnyebb a teher*” kampányához is.

Hivatalosan arra nincs statisztikai adat, hogy egy kisgyermeknevelő foglalkozásával összefüggésben szenved el megbetegedést, annak ellenére, hogy kollégáink visszajelzése alapján ez a szakma a melegágya az ilyen típusú megterheléseknek. Ezért tartottuk kiemelkedően fontosnak, hogy szembesítsük magunkat és egyben az ágazatot, a munkavédelem, illetve az ágazati szakmai irányításáért felelős kormányzati szerveket a bölcsődei munkavégzési feltételekkel és a munkát végző személyek egészségi állapotával.

A **felmérés két részből állt**; egy szélesebb körű kérdőíves felmérésből és egy szűkebb fókuszcsoportot érintő mélyinterjú készítéséből. Az elvégzett kutatás megállapításait **két tanulmányban** foglaltuk össze és **konferenciákat** tartottunk, hogy az eredményeket szélesebb közönséggel is megismertessük.



A kérdőíves elemzés

A BDDSZ 2021. november 15. – december 2. között elvégzett országos hatókörű, a bölcsődei dolgozók váz- és izomrendszeri terheléséről szóló kérdőíves felmérése eredménye megerősítette azt a feltételezést, hogy **a pályán eltöltött évek növelik a vázizomrendszer igénybevételét, és bizonyos gondozási munkafolyamatok különösen nagy fizikai megterhelést okoznak** a többségükben női munkavállalóknak. Több válaszadó hivatkozott arra, hogy nem ritka a 20 kg körüli kisgyermek az intézményekben, az SNI-s gyerekek sok esetben meg is haladják ezt a testsúlyt.

A vizsgált időszakban 1253 fő töltötte ki az űrlapot, így több mint 10%-os kitöltöttségi reprezentativitást ért el a kérdőív. Mind a 4 bölcsőde típusból (bölcsőde, mini-, munkahelyi- és családi bölcsőde) voltak kitöltők. A válaszadók 85%-a kisgyermeknevelő munkakörben, 52%-a 20–39 év közötti és 68%-a vidéki intézményben dolgozott. Mozgásszervi panaszokkal az összes válaszadó 59%-a vett igénybe orvosi kezelést.

A kérdőívet kitöltők több mint fele fiatal (20–39 év) kolléga volt, ezért a 16 évnél régebben kisgyermekgondozóként egészségi állapotáról továbbra sem rendelkezünk adatokkal. Az azonban egyértelművé vált az elemzésből, hogy **a fiatalabb korosztálynál is már egyértelműen beazonosíthatók a mozgásszervi betegségek vagy azok előjelei.**

Az építészeti szabványban szereplő követelmények betartása

A 2021-es kérdőívre adott válaszokból kiderült, hogy **számtalan olyan bölcsődei intézmény működik, melyek a bölcsőde létesítési szabvány előírásainak nem felelnek meg** (MSZ 24210-1:2011). A kutatástól független „eredmény” volt az is, hogy 2022-ben kijött egy új (MSZ 242303-7) szabvány, amely számos helyen visszalépés a gyermekek biztonsága, valamint a bölcsődei szakemberek egészsége szempontjából is, ezzel pedig az lerontja a minőségi gyermekellátás feltételeit, emellett a munkavédelemi szempontú megelőzés alapelvét súlyosan figyelmen kívül hagyja, ezáltal a dolgozók vázizomrendszerének egészsége ellen ható kialakításokat tartalmaz. Ezért a BDDSZ Ügyvivő Testülete kezdeményezte a Szabványügyi Testületnél a szabvány módosítását.

Mélyinterjúk

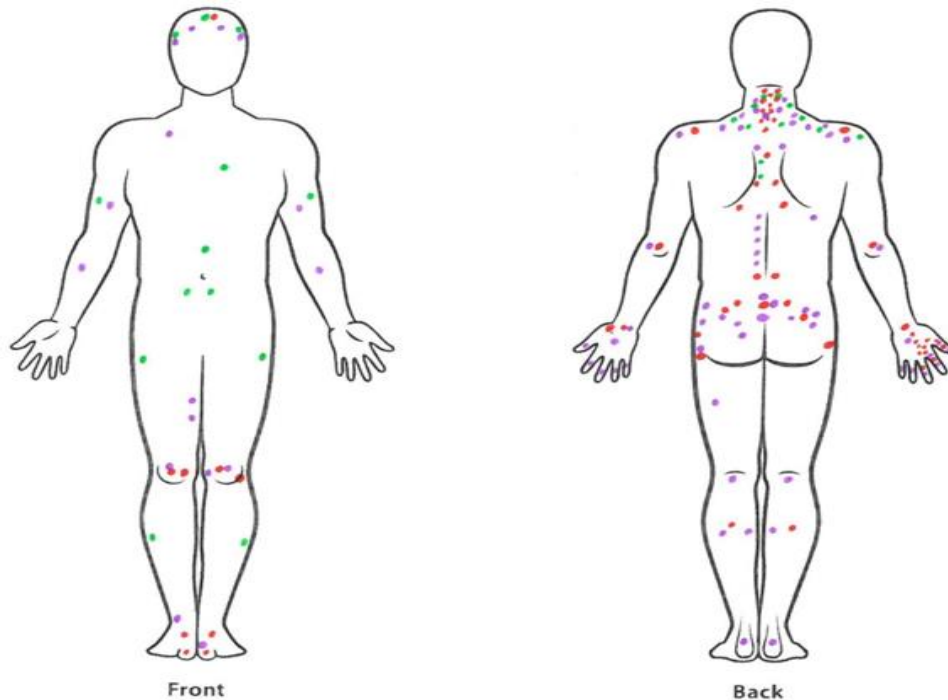
A kérdőíves felmérés eredményeire figyelemmel úgy döntöttünk, hogy mélyinterjúk készítésével és elemzésével vizsgáljuk meg a régóta pályán lévők vázizomrendszeri problémáinak és a hozzájuk vezető utak kérdésköreit, hogy a helyzetfelmérésünk teljeskörű legyen. A BDDSZ 14 olyan önként jelentkező kollégával készített mélyinterjút, akik legalább 15 éve a pályán dolgoznak kisgyermeknevelőként és már van valamilyen kialakult vázizomrendszeri betegségük. Az egyéni kimutatást – fiktív neveket használva - azért tartjuk fontosnak, hogy láthatóvá váljon, egy-egy kisgyermeknevelő mennyi betegséggel küzd.

MAGDI	inzulinrezisztencia, térdprotézisre vár (mindkét térdben)
ZSUZI	magas vérnyomás, sokízülti gyulladás



KRISZTI	allergia, gerincsérv, csigolya-eltolódás, nyakcsigolya meszesedés, csípőkopás/deformálódás
MARIKA	pajzsmirigy alul működés, magas vérnyomás, magas koleszterinszint
CSILLA	térd-, derék-, váll kopás, rheuma, ugráló vérnyomás
BRIGI	veleszületett trombózisra való hajlam, keringési probléma-raynaud szindróma, csúszó-csigolya, 3 db nyaki sérv, 1 db deréktáji sérv, gerincferdülés
EMI	szívbillentyű-zavar, térdciszta (Baker) mindkét térdben, porckopás, csigolya kopás és meszesedés nyaki tájékon, csigolya elcsúszás, nyaki gerinc sérv
ANNA	cukorbetegség, magas vérnyomás, visszer tágulat (műtétre vár), rheuma, élettani porckopás a jobb térdben, csukló/térd ízületi gyulladás
MÁRTI	reflux, pánikbetegség, rák, magas vérnyomás, térdprotézis
ÉVA	magas vérnyomás, kalapácsujj, gerincsérv
LÍDIA	rák, asztma, magas vérnyomás, térd tisztítás után térdprotézisre vár (mindkét térdben)
IBOLYA	magas vérnyomás, szívritmus zavar, cukorbetegség, csípőprotézis
KLAUDIA	magas vérnyomás, pajzsmirigy alul működés, porckopás a derék tájékon, porcleválás a térdben
EMŐ	magas vérnyomás, porckopás és meszesedés a térdekben, csontritkulás, gerinc csőrösödés, csontritkulás, csigolya összeroppanás

A mélyinterjú során az interjúalanyoknál alkalmaztuk a testtérképezés módszerét is, hogy felmérjük, a test mely területein éreznek fájdalmat a válaszadók. Minden interjúalany külön ábrán jelölte be azokat a területeket, ahol hosszabb-rövidebb ideig fennálló tüneteket észlel magán. Vannak olyan területek, ahol számítani lehetett a fájdalmas tünetek meglétére (csípő, derék, térd, váll) a munkavégzés miatt (guggolás, emelés, hajolás), azonban megdöbbenő, hogy ezeken felül mennyi helyen és milyen típusú fájdalmakkal kénytelenek élni, dolgozni a munkavállalók. A kisgyermeknevelő viszonylag sokat áll, guggol, térdel, álló helyzetben emel és tart meg 10–25 kg súlyú kisgyermeket. A stabil álláshoz egészséges, erős lábakra van szükség. A testtérkép kimutatta, hogy a sarkaktól a lábujjakon át a bokáig, a térden keresztül a combokig mindenhol különböző időtartamban fennálló fájdalmak jelentkeznek. A vállak környékén megjelenő tünetek az emeléshez kötődnek, de a kéz ujaiban, a kézfejekben és a csuklóknál is jelentkeznek a fájdalmak.



¶

Összegzés és javaslatok

Bízunk abban, hogy az általunk feltárt problémák és megoldási javaslatok segíteni tudják a dolgozókat, a munkáltatókat, a fenntartókat és a döntéshozókat a bölcsődében foglalkoztatottak egészségi állapotának megőrzésében a mindennapi gondolkodás és a cselekvések szintjén is.

Végső célunk az, hogy a felmérések eredményeire támaszkodva megalapozott munkaegészségügyi, munkajogi javaslatokat és **lépéseket tegyünk az ágazat dolgozóinak egészségi állapotának megőrzése** és lehetőség szerint az **állapotrosszabbodás megelőzése érdekében**.

Általánosan elmondható, hogy **nagyfokú szemléletváltásra van szükség** mind a fenntartók, munkáltatók, mind a dolgozók esetén. A fenntartók és munkáltatók esetén szigorúbb és felelős magatartás szükséges, ami nem teszi lehetővé a szabálytalan építést, valamint szükséges a tevékeny beavatkozás, mely korrigálja a hiányosságokat. A szemléletváltásnak ki kell terjednie arra, hogy a munkavállalókat is értéknek tekintsék, hiszen nélkülük nem biztosítható a szolgáltatás. Mindez az egyének, így a társadalom egészének is az érdeke, hiszen az orvosi ellátások, beavatkozások, műtétek nagy terhet rónak az egészségügyre is.

A **munkavállalók/foglalkoztatottak** esetén pedig annak a szemléletváltásnak kell bekövetkeznie, hogy önmagukat és a testüket, egészségüket ők is értéknek tekintsék. Fontos mindez abból a szempontból is, hogy betartsák a helyes testtartást és előírásokat a munkavégzés folyamatainál, valamint, hogy harcoljanak azért, hogy megfelelő munkakörülmények között dolgozhassanak.



Mivel a **prevenció** maga mindig a legolcsóbb megoldás, így ebben a szektorban is erre kellene különösen nagy gondot fordítani. A munkafolyamatok közbeni helyes mozgás és testtartás oktatása bele kell kerüljön a kötelező oktatásba, valamint javasolt, hogy a munkáltatók évenként végezzenek ismétlő tanfolyamokat.

Munkahelyi gyógytorna és masszőr alkalmazásával megelőzhető lenne a komolyabb mozgásszervi probléma kialakulása. Ehhez szükséges a munkavállalók igényének a felkeltése is, mindez része kell legyen a fentebb említett szemléletváltásnak.

A **munkáltatók részéről kiemelten fontos** a hatályos jogszabályok, előírások figyelemmel kísérése és betartása, az egészséges és biztonságos munkahelyek/munkaállomások biztosítása, adekvát intézményi kockázatértékelés(ek) elkészítése a foglalkozás-egészségügyi orvos bevonásával. Kiemelt jelentőséggel kellene bírjon a munkavédelmi előírások betartása, beleértve a munkavédelmi képviselő választást is. További segítséget jelenthet a prevenció terén munkahelyi mozgásformák, tornaszobák és nyújtó eszközök biztosítása, továbbá a dolgozók számára belső képzések biztosítása a helyes testtartásban történő munkavégzés témájában.

A **fenntartók és a jogalkotók részéről további átgondolást igényelhet** a csoport létszám csökkentése, valamint a munkavégzésből eredő egészségügyi károk kárpótlása. Cafeteria juttatás egyetemleges biztosítása pl.: Szép-kártya – a prevenció megsegítésére, melynek terhére a dolgozók mozgás és masszázs szolgáltatásokat vehetnek igénybe.

Jelenleg átvételre kerülnek szabálytalan felszereltségű és kiépítésű intézmények is, melyekben a munkavállalók fokozottan terhelve állnak helyt. Az ebből eredő mozgásszervi megbetegedést a munkából való bevétel csökkenéssel honorálja a rendszer. Ez mindenképp igazságtalan és méltánytalan, ami sok esetben pályaelhagyáshoz vezet. Amennyiben a kisgyermeknevelő hivatástudatát előtérbe helyezve a pályát még sem hagyja el, fájdalmi miatt csökkent színvonalon látja el feladatait, ami pedig nem összeegyeztethető a kisgyermekek érdekeivel.

Ezért kiemelten fontos lenne, hogy a **felsőbb döntéshozói (jogalkotói) szint** tartsa szem előtt a dolgozók érdekeit a jogalkotás folyamatában, amely a bölcsődei terület esetében egy szakágazati szintű érdemi érdekegyeztetés fórum/tanács kialakítását és annak folyamatos működtetését igényelné.

Intézkedjen arról, hogy a kötelező szakmai képzés bővüljön ki a helyes testtartás és mozgásformák oktatása a bölcsődei szakmai képzés/szakképzés valamennyi szintjén; munkavállalói jogok, munkáltatói kötelezettségek ágazatspecifikus oktatásával. Dolgozzon ki pénzbírsággal járó szankciókat az építészeti szabvány és egyéb jogszabályok, rendeletek betartatása céljából. Reformálja meg a foglalkozás-egészségügyi alapellátást, annak elérése céljából, hogy a mozgásszervi állapot is alapos felmérésre és kivizsgálásra kerüljön a bölcsődékben foglalkoztatottak alkalmassági vizsgálatai során. Intézkedjen a foglalkozási



megbetegedésként elfogadott betegségek körének felülvizsgálatáról, ill. kibővítéséről a bölcsődében foglalkoztatottak vázizomrendszerét érintő megbetegedések terén.

S bár nem a prevenció körébe tartozik, de a pályát az egészségi állapot romlása miatt elhagyni kényszerülő dolgozók életútja tekintetében alternatív lehetőségek kidolgozása lenne szükséges (egy másik munkakörbe történő foglalkoztatás), végső esetben koncepció készítés az átképzésük támogatására.

Ezen folyamatok megsegítésére, illetve előre mozdításáért a **Bölcsődei Dolgozók Demokratikus Szakszervezete** lépéseket tesz (javaslatokat fogalmaz meg) azért, hogy a kötelező képzés egészüljön ki a helyes testtartás és mozgásformák a munkavégzés közben tantárggyal. Emellett hosszú távon akkreditált saját továbbképzést kíván indítani azért, hogy a már területen dolgozó szakemberek is megszerezhessék a szükséges tudást ebben a témában.

Lépéseket tesz azért, hogy a bölcsődei építészeti szabványba visszakerüljenek az ergonómia előírások, a megfelelő kialakítások, illetve azért, hogy az illetékes hatóságok nyomást gyakoroljanak azok betartatására. Szemléletváltást segítő országos kampányokat indít, ezzel párhuzamosan országos felmérésekkel információt szerez, képet alkot az ágazati igényekről, állapotokról.

Az egyes ügyek, problémák megoldási javaslatainak összegyűjtésére, illetve azok társadalmosítása érdekében online, és személyes részvételű konferenciákat szervez, ezzel segítve az ágazati diskurzusok, közös gondolkodások kialakulását, mely hozzá tud járulni a jogalkotás és intézményfenntartás, valamint a munkáltatás terén az egészséges és biztonságos munkahelyek, illetve az ahhoz szorosan kapcsolódó jó minőségű gyermekellátás biztosításához.

Budapest 2022. október 4.

Szűcs Viktória, BDDSZ elnök