



Összefoglaló a bölcsődékben dolgozók egészségi állapotáról 2009.

2009. tavasz-nyár időszakában végeztünk egy országos felmérést arról, hogy az egyes intézményekben a bölcsődékben dolgozók hogyan ítélik meg saját egészségi állapotukat.

A felmérés célja volt a bölcsődei dolgozók általános egészségi állapotának vizsgálata, valamint az esetleges kóros folyamatok megjelenésének feltárása, azok csoportosítása és gyakoriságának meghatározása. Jól ismerve a bölcsődei nevelés-gondozásból fakadó munkafolyamatokat és azok végrehajtásának tárgyi feltételeit, illetve a szakmai irányelveket (szabályokat), feltételeztük, hogy a foglalkozásból adódóan a kollégák ergonómiai problémákkal küzdenek és ahhoz kapcsolódóan különböző betegségek miatt orvosi kezelés alatt állnak.

Az adatgyűjtést kérdőíves vizsgálattal végeztük. A kérdőívben 23 kérdés szerepelt, a kérdések többsége zárt típusú volt és egy esetben alkalmaztunk értékelési skálát.

A kérdőív célcsoportnál történő alkalmazását megelőzően tíz dolgozóval próbakérdésezést végeztünk, az esetleges hibák kiküszöbölése érdekében. A tíz próbakérdezett olyan szakdolgozó volt, aki minimum 10 éve dolgozik bölcsődei területen. Az adatgyűjtés nem rótt jelentős terhet a munkavállalókra; a kérdőív könnyedén, rövid idő alatt kitölthető volt. Az adatgyűjtést a módszertani bölcsődék és az alapszervezeteink segítségével végeztük, segítségükkel juttattuk el az ország szinte valamennyi bölcsődéjébe kérdőívünket, melynek kitöltése önkéntes és anonim volt.

A felmérés körülményei, a minta kiválasztása és jellemzői

A vizsgálat 2009 tavasz-nyári időszakában készült. A felmérés célsokasága az a kb. kilencezer munkavállaló, aki a magyarországi bölcsődékben közalkalmazottként dolgozik. Országosan a mintegy 9.000 **dolgozó közül 6.126 bölcsődei alkalmazott** (szakdolgozó, egyéb technikai dolgozó) töltötte ki az egészségi állapot felmérő kérdőívet. Így az osszdolgozók közel 70 %-ának egészségi állapotáról kaphattunk betekintést.

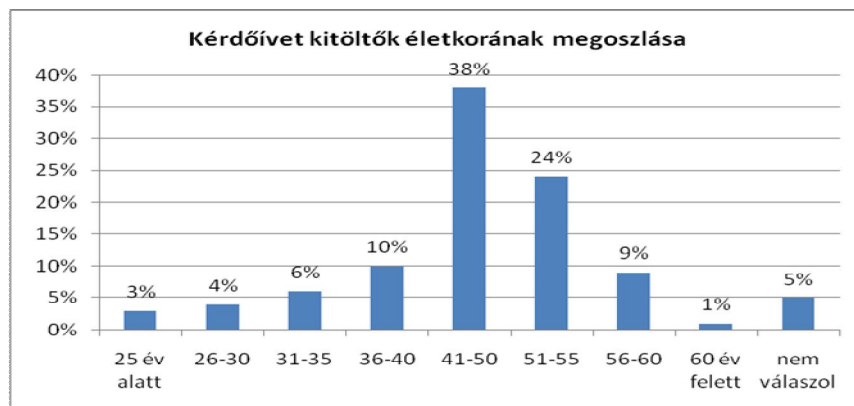
A válaszadók 99 %-a nő és mindösszesen 1 % volt férfi. Megállapíthatjuk, hogy a nemek megoszlásának aránya a mintában megfelelően követi a bölcsődei munkavállalók nemek szerinti eloszlását.

A beérkezett kérdőívek összesítését elvégeztük, melyből jelen összefoglalóban néhány fontosabb eredményt kiemelünk.

A felmérésben résztvevők életkori megoszlását vizsgálva megállapítható, hogy csupán 23 %-uk nem töltötte még be a 40. életévet és az ún. pályakezdők körébe tartozók aránya mindösszesen 3 %. Az 1. sz. ábráról jól kitűnik, hogy a bölcsődei dolgozók 75 %-a 41 éven felüli, és közel 40%-uk pedig betöltötte már az 51. életévét is, 10 %-uk pedig idősebb 56 évnél.

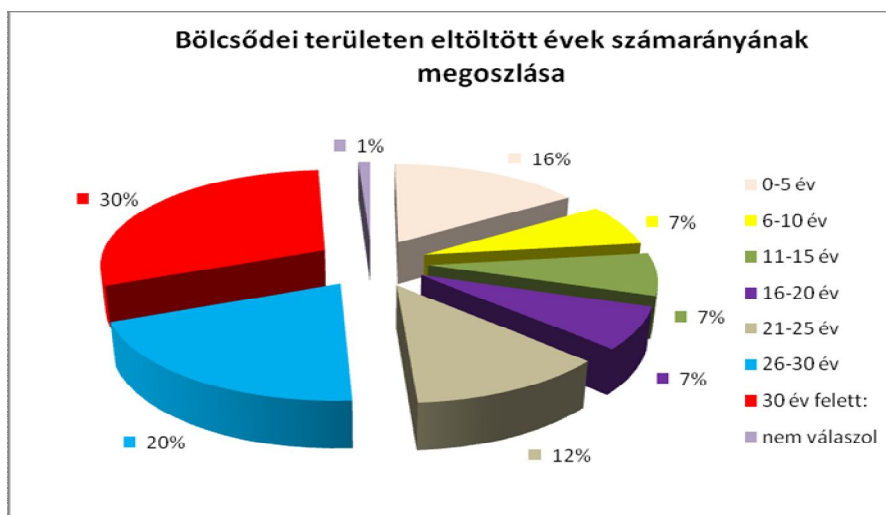
A felmérésben résztvevők összességében tehát jellemzően középkorúak, vagy afeletti. Szembetűnő, hogy 25 év alatti fiatal szinte alig van a pályán, de a 26-30 év közöttiek aránya is elenyésző (4%). Amennyiben ez a tendencia hosszú távon nem fog változni, jelentős problémák lehetnek a jövőben a dolgozói utánpótlás terén.

1. sz. ábra A felmérésben résztvevők életkorának megoszlása:



A felmérés során kíváncsiak voltunk a dolgozók pályához való elköteleződésére és a terület fluktuációjára, ezért a bölcsődei területen eltöltött évek számát is vizsgálat alá vetettük.

2. sz. ábra: A Bölcsődei területen eltöltött évek száma:



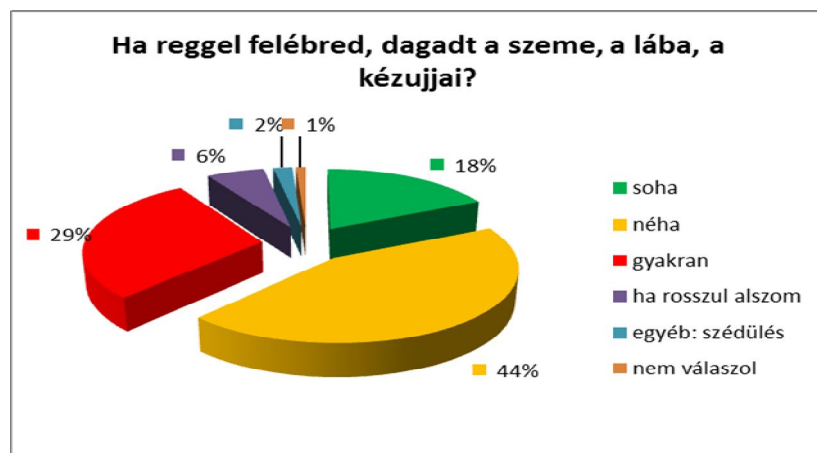
A felmérésben résztvevő bölcsődei dolgozók 62 %-a több mint 20 éve dolgozik bölcsődében. A teljes vizsgált körből 30% azon dolgozók aránya, akiknek a bölcsődei területen ledolgozott jogviszonya már most meghaladja a 30 – 35 évet. Ez egyben azt is jelenti, hogy a pályaelhagyás az idősebb generáció esetében alig, vagy egyáltalán nem jellemző. 5 év alatti tapasztalattal 16 %-uk rendelkezik és 21 % 6-19 éve dolgozik a területen.

A dolgozók fizikai és pszichés állapotát vizsgáló kérdésekre az alábbi válaszokat kaptuk:

A felmérésben résztvevők 66 %-a önbevallása szerint, elég kitartó és egykönnyen nem fárad el, viszont a válaszolók több mint egynegyede (28%) önmagát nem tarja megfelelő fizikumúnak, könnyen elfárad. Az alvási szokásokat vizsgáló kérdésünkre a dolgozók közel fele (46 %) nyilatkozott úgy, hogy nyugtalanul alszik, elég gyakran felébred éjszakánként.

A kóros folyamatot (szív, érrendszer, vese problémák), akár betegséget is jelző oedémák gyakori jelenlétéről közel egyharmaduk (29 %) számolt be. Ezen túlmenően renkívül figyelemfelkeltő az, hogy a dolgozók 44 %-a néha tapasztal a reggeli ébredéskor oedémás tüneteket, melynek az okait célszerű lenne a jövőben tovább vizsgálni.

3. sz. ábra: Vizenyők megjelenésének gyakorisága reggeli ébredés után

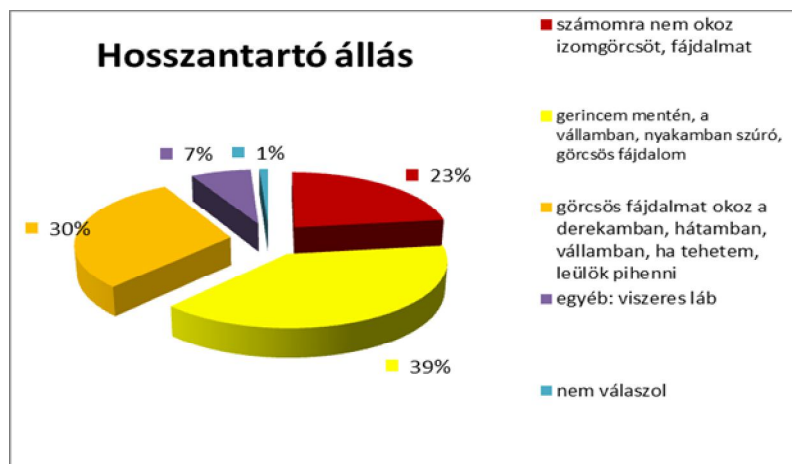


A felmérésben résztvevők közel egynegyede számolt be arról, hogy ízületeit „rozsdásnak” érzi, mely mozgáskor fájdalommal jár, ami az egész napon elkíséri, illetve reggeli ébredéskor korlátozott ízületi funkcióval rendelkezik, melynek 5-10 perc utáni megszűnését a megkérdezettek közel fele tapasztalja. ld. 4. sz. ábra

4. sz. ábra: Reggeli ízületi fájdalom gyakoriságának megoszlása



5. sz. ábra: A dolgozók hosszantartó állóképességének alakulása (és a fellépő panaszok)

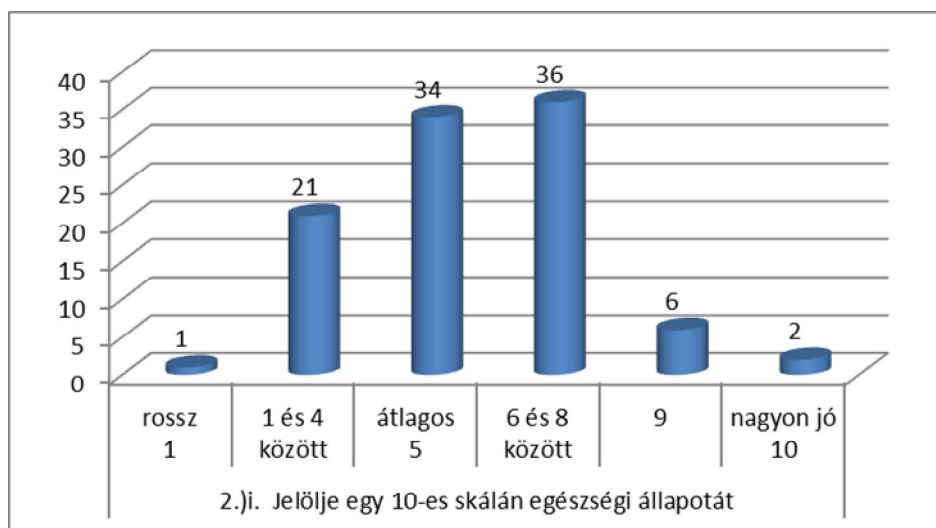


A hosszantartó állás következtében a megkérdezettek 60 %-a jelezte, hogy gerince mentén, a vállban és a nyakban szúró, görcsös fájdalmat érez. Ebből felénél a fellépő görcsös fájdalom olyan erős, hogy le kell ülnie pihenni. Csak alig több mint a válaszadók negyede (23%) mondta azt, hogy a hosszantartó állás nem okoz nála különösebb problémát. De hosszantartó állás során megjelenő fájdalomról számolt be az alsó végtag visszeressége miatt 7 %.

Feltételezhetően a megkérdezettek közel fele elégtelen alsóvégtagi keringéssel rendelkezik, melyre 2)g kérdésre kapott válaszokból következtetünk: a dolgozók 49 %-a válaszolta, hogy végtagjaik gyakran hidegek és ezt - évszaktól függetlenül - nyáron is tapasztalják.

Megkértük a kérdőívet kitöltőket, hogy egytől tízig pontozzák milyen az egészségi állapotuk saját önbecslésük alapján.

6. sz. ábra: A dolgozók egészségi állapotának alakulása 10-es skálán, önbecslés alapján:



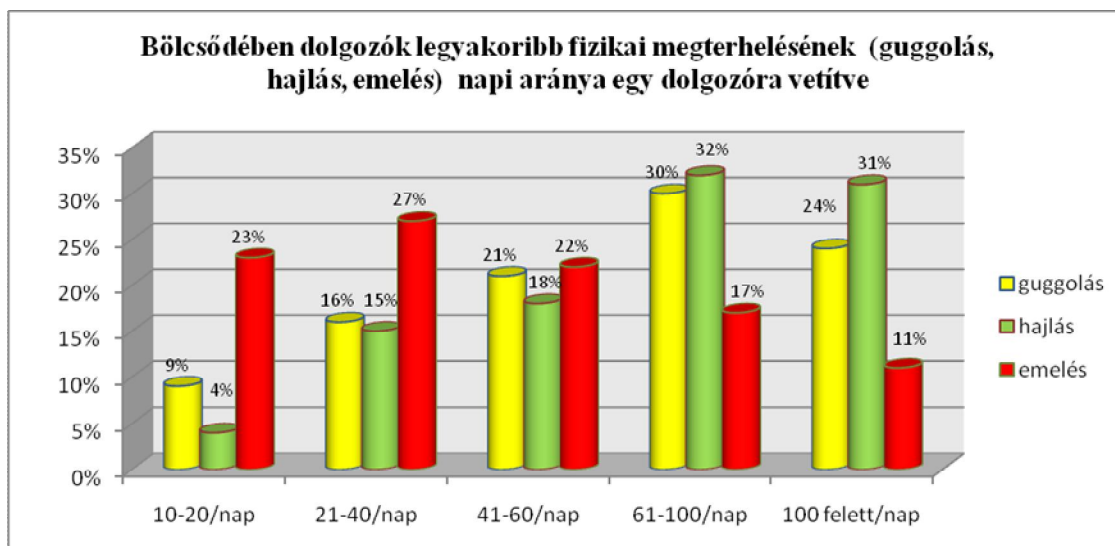
Az egészségi állapot pontozásakor a rossztól (1) a nagyon jóig (10) haladva értékelték a válaszadók saját egészségi állapotukat. Nagyon jónak mindösszesen 2 % és rossznak 1% értékelte állapotát. A legtöbben, ez a megkérdezettek egyharmada, 6-8 pontosra értékelte saját egészségi állapotát és közel negyedük (21 %) értékelte azt átlag alattinak (1-4 pontot adva saját magának).

A felmérés során külön gyűjtve a szakdolgozók válaszait kíváncsiak voltunk, hogy a gyermekcsoporton belüli munka milyen fizikai aktivitással leterheltséggel jár.

A megkérdezettek közel fele úgy nyilatkozott, hogy napközben sokat hajol, emel, guggol. Illetve 35 % mondta azt, hogy mozgásban van egész nap és elenyésző arányban (3%) válaszolták, hogy sokat ülnek egyhelyben.

Kértük, hogy becsüljék meg, hogy naponta hány alkalommal guggolnak, hajolnak, emelnek, melynek eredményét 8. sz. ábra mutatja.

8. sz. ábra: Fizikai megterhelés legfőbb formái és gyakorisága a bölcsődében

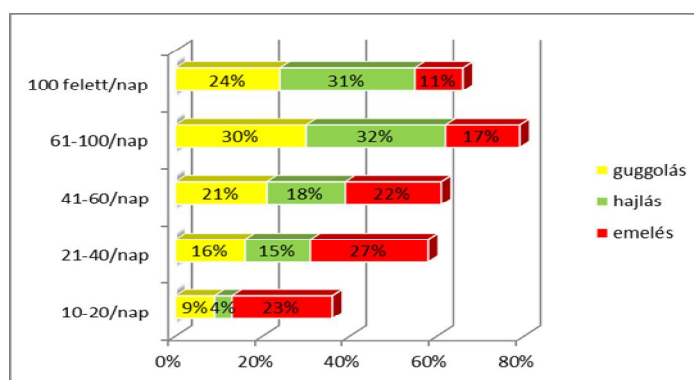


A fenti ábra jól tükrözi a kisgyermekkel való foglalkozás következtében végzett főbb mozgásfajták (guggolás, hajlás, emelés) napi gyakoriságát. Az összesített adatok alapján kijelenthető, hogy a bölcsődei nevelés-gondozás nem csak a gyermekcsoport nagyságából, a gyermekek életkori adottságából fakadó közismert szellemi igénybevételt, hanem komoly fizikai megterhelést is jelent, ami az egész szervezet fokozott igénybevételével jár.

Tekintettel arra, hogy valamennyi dolgozó a munkája ellátása során egy napon belül mindhárom típusú fizikai aktivitást végzi (hajlás, guggolás, emelés), mely a mozgásrendszer (csontok, izmok, ízületek) igénybevételével történik, e három tevékenységből adódó terhelés a testen belül összeadódik.

A dolgozók önbevallása alapján guggolást 9 %, hajlást 4%, emelést 23 %-ban végez naponta (legkevesebb!) 10-20 alkalommal. A leggyakoribb összesen: 79 %, azon dolgozók köre, akik naponta 61-100 alkalommal végeznek guggolást, hajlást, emelést munkájuk során.

9. sz. ábra: Emelés, hajlás, guggolás egy napon belüli gyakoriságának megoszlása



Az előző ábrákból kitűnik, hogy a 0 – 3 éves kisgyermekes intézményben való ellátása jelentős fizikai igénybevétel igényel a bölcsődei gondozóktól. Munkaidejük jelentős részét guggolva, hajolva (szőnyegen ülve) töltik. Mindemellett egy bölcsődei gondozónő a gyermekek napi ellátása során (10-14 gyermek/csoport) összesen akár 100 alkalommal is végez emelő munkát (ezt a megkérdezettek 11 % választotta), ami átlagban gyermekenként napi 7-10 alkalmat jelent naponta. A válaszokból az is kiderül, hogy az emelő munka végzése több mint 75 %-ban 10 kg, vagy afeletti súllyal rendelkező gyermekkel történik.

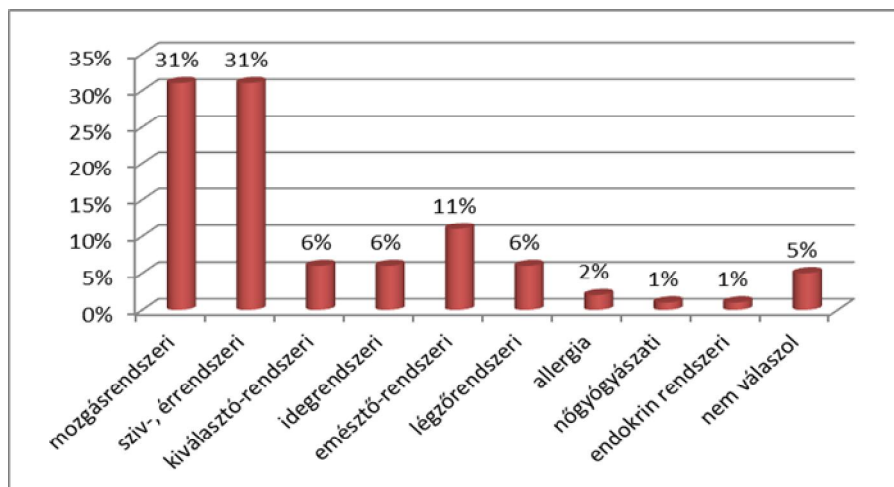
Amennyiben abból indulunk ki, hogy egy bölcsődei gondozó minimum csak hat kisgyermeknél naponta legkevesebb 2 alkalommal végez pelenkacserét {egy gyermek pelenkacseréje négyeszeri kézi mozgató emelést igényel (földről » pólyázóra, pólyázóról » gyermekfürdető kádba és vissza) mely legkevesebb napi 48-szori emelést jelent. 13 kg-os átlagsúlyú gyerekekkel számolva, mindez 624 kg/nap. Ha mindemellett legkevesebb naponta kétszer ölbe vesz, továbbá és kétszer ültet karra minden gyermeket (2 x 2 = 4; 4 x 13 kg = 52 kg / gyermek, 52 x 6 = 312) összeadódva újabb 312 kg tömeg kézi mozgatóát végzi.

A pelenkázás és az egyéb gondozáshoz kapcsolódó emelőtevékenység során kifejtett tömegmozgató szervezetre gyakorolt hatása napon belül összeadódik, ezért legkevesebb (624 kg + 312 kg) 936 kg napi tömegmozgatóval járó munkavégzés számolható a bölcsődékbe folyó napi szakdolgozói munka során. Majd ehhez társul a napi guggolás és hajlásból adódó terhelés (a szakmai szabályok alapján minden tevékenység a gyermek szemmagasságában kell történjen, ami azzal jár, hogy a bölcsődei dolgozó a gyermekhez hajol, guggol, szőnyegen ül, stb...).

Mindezek mellett nem elhanyagolható tényező, hogy a bölcsődékben olyan nők dolgoznak, akik többsége 41 év feletti. Ebben a korban már számolni kell az élettani folyamatokból adódó (klímá) csonttritkulással is, mely egyébként is fokozza a mozgásszervi megbetegedések kialakulását.

Kíváncsiak voltunk a bölcsődei dolgozók rendszeres orvoshoz járási szokásaira is, de a felmérés összesítésekor gyűjtött tapasztalataink ismeretében szinte már nem is volt meglepő az, hogy a bölcsődei dolgozók 50%-a rendszeresen jár orvoshoz. Az orvoshoz rendszeresen járók közül a legtöbben mozgásszervi, majd ezt követően szív- és érrendszeri, illetve emésztőrendszeri okok miatt részesülnek rendszeres orvosi kezelésben. Meglepő, hogy az idegrendszeri okok miatti kezelés azonos gyakorisággal fordul elő, mint a légző vagy a kiválasztó rendszeri.

10. sz. ábra: A rendszeres orvoshoz fordulás háttérében lévő panaszok/problémák megoszlása

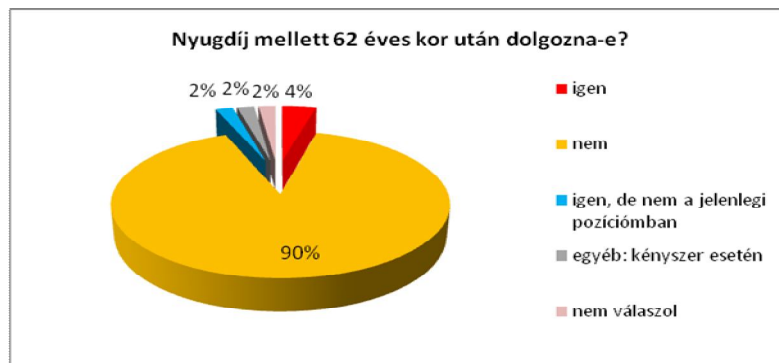


Betegségeik kezelésére gyógyszert szed a válaszadók 75 %-a, melyből a rendszeresen gyógyszereszedők aránya 46 %.

A rendszeresen gyógyszereszedők 29 %-a mozgásrendszeri, 30 % szív- és érrendszeri, 12 %-a emésztőrendszeri, 8 %-a ideg-, és légzőrendszeri betegség miatt kényszerül rendszeresen gyógyszert szedni. A mozgásszervi panaszokkal küzdők közül a felmérés készítésekor többen már túlestek protézis beültetésén, vagy éppen műtétre vártak.

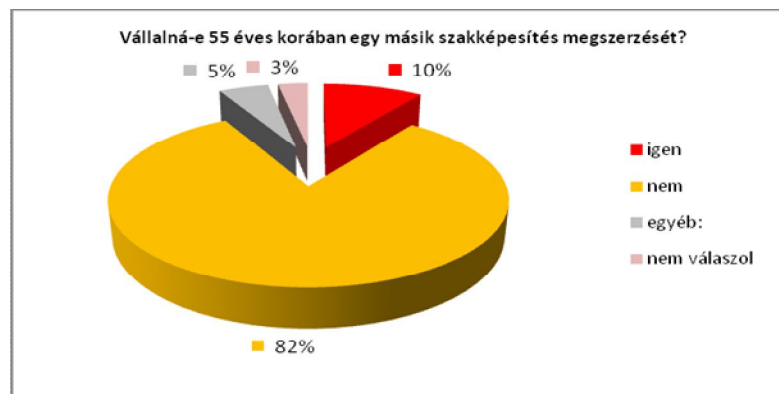
Az egészségi állapot felmérés készítésének elhatározásakor az a kérdés is felmerült bennünk, hogy a nyugdíj mellett, illetve a tervezet nyugdíjkorhatár emelésével egy bölcsődei dolgozó, milyen cselekvést, magatartást választ, ha van választási lehetősége, ezért rákérdeztünk a nyugdíjba menetel választására, illetve egy esetleges átképzés vállalására. Ezekre a következő válaszokat kaptuk:

11. sz. ábra: A dolgozók nyugdíj melletti pályán maradási szándékának alakulása



A dolgozók 90 %-a 62 éves kora után (nyugdíj mellett) ha lehetősége lenne, akkor sem maradna tovább a pályán, hanem a nyugdíjat választaná.

12. sz. ábra: 55 éves korban átképzést vállalók megoszlása



A dolgozók csak 10 % vállalna 55 éves korban másik szakképesítés megszerzését és több mint háromnegyedük (82 %) erre a kérdésre egyértelmű nemmel válaszolt. A fenti két válasz egyértelműen mutatja a dolgozók azon igényét, hogy a nyugdíjkorhatár elérésével saját területükről kívánnak nyugdíjba venni. Elenyésző azon dolgozók aránya, aki vállalnának 55 éves korban egy másik szakképesítés megszerzését ahhoz, hogy minél tovább, vagy akár nyugdíj mellett dolgozhassanak.

A kérdőív utolsó kérdését szándékosan szabadon hagytuk acélból, hogy a dolgozók szabadon mondhassák el a véleményüket a témával kapcsolatban. S talán nem is meglepő módon olyan válaszok érkeztek, mint pl: 30 év pályán eltöltött idő után lehessen nyugdíjba

menni, vagy legyen 55 év a nők nyugdíjkorhatára, de sokan külön jelölték meg egy következő témaként a pszichés megterhelésük vizsgálatának igényét, valamint a gyermekkori fertőző megbetegedések, illetve a gyerekektől elkapott légúti betegségek problémáját.

Összefoglalva:

A felmérés során megvizsgáltuk a bölcsődei dolgozók általános egészségi állapotát önbevallás alapján. Az adatok összegzése során feltártunk, hogy a dolgozók 99 %-a nő, és több mint háromnegyedük már betöltötte a 41. életévét. A dolgozók 62 %-a több mint 20 évet eltöltött már a pályán. Az önértékelés alapján a dolgozók egészségi állapot-megítélése átlagosnak mondható, de mindenképp figyelemfelkeltő az, hogy mintegy negyedük átlag alattinak ítéli saját egészségi állapotát.

A felmérés során beazonosítottuk a munkavégzéshez szorosan kapcsolódó fizikai terhelésfajtákat, melyek feltételezhetően mozgásrendszeri megbetegedéseik háttérben állnak. Megállapítottuk, hogy a 0-3 éves kisgyermekes intézményben való ellátása során a bölcsődei gondozók munkaidejük jelentős részét guggolva, hajolva, szőnyegen ülve töltik. Mindezek mellett egy bölcsődei gondozónő napi munkavégzése során - átlagos gyermekcsoporttal számolva - közel 1 tonnát (egy autónyi súlyt!) emel.

A felmérés alapján a bölcsődei dolgozóknál elsősorban mozgásrendszeri-, illetve szív-, keringés-, valamint légző- és idegrendszeri megbetegedéseket fordulnak elő, melyek az esetek jelentős részénél orvosi kezelés alatt állnak és rendszeres gyógyszeres kezeléssel járnak.

Közismert, hogy a csecsemők születéskori súlya egyre nagyobb, mint néhány évvel, évtizeddel ezelőtt. Az eldobható pelenkák időszakában a szobatisztaság egyre jobban kitolódik. E két okból adódóan egyre nagyobb terhelésnek (kézi anyagmozgatásnak) lesznek kitéve a kollégák a bölcsődében a mindennapi munka során. Tekintettel arra, hogy női munkavállalókról van szó, akik a területen jellemzően több évtizedet töltenek el - figyelembe véve az női klimaxszal járó csonttritkulást, a rizikófaktorokat, és a napi munkavégzésből adódó mozgásrendszerre ható jelentős terhelést - ez a folyamat vélhetően nem áll meg, hanem előrehalad, célzott beavatkozás nélkül nem várható ezen a téren pozitív irányú változás. Ezért a jövőben fontos feladatnak tartjuk, egyrészt, hogy a nyugdíjszabályok kedvezően alakuljanak, és biztosítson 62 éves kornál korábbi nyugdíjba meneteli lehetőséget, illetve meg kell találni azokat a megoldásokat, melyek biztosítják a munkahelyen belüli ártalmak csökkentését (foglalkozás-egészségügy!), a dolgozók fizikai terhelésének csökkentését, vagy annak anyagi honorálását.

Úgy véljük, hogy a társadalom érdeke az, hogy az ország 0-3 éves korú gyermekeinek gondozása-nevelése olyan munkavállalók kezében legyen, akik nem rozsdás ízületekkel és terhelt idegrendszerrel, rossz mentális állapotban vannak, hanem jó egészségi állapotnak örvednek és ebből fakadóan a szárnyaikat próbáló, izgó-mozgó, nyüzsgő, esetenként síró, vagy agresszív, illetve a dackorszakát élő kisgyermekes ellátását megfelelően tegyék a mindennapjainkban.

Budapest, 2009. július 23.

Az összefoglalót készítette:

Szűcs Viktória
BDDSZ elnök