

Název: Ergonomický checklist – screeningový nástroj v prevenci přetížení bederní páteře

Autor: MUDr. Vladimíra Lipšová¹, PhDr. Simona Herdová¹, RNDr. Stanislav Malý, Ph.D., DBA²

Pracoviště: ¹SZÚ Praha, ²VÚBP Praha

Úvod:

Ergonomické checklisty slouží jako efektivní screeningový nástroj pro hodnocení ergonomických rizik na pracovištích. V souvislosti s uvedením nové položky na seznam nemocí z povolání v ČR - chronické onemocnění bederní páteře – jsme v rámci preventivního přístupu k tomuto onemocnění vypracovali v rámci společného výzkumného projektu SZÚ a VÚBP funkční screeningový nástroj zaměřený zejména na výskyt možných profesionálních rizik, která by mohla vést k tomuto onemocnění.

Metodika:

Podkladem při tvorbě screeningového nástroje zaměřeného na přetěžování bederní páteře byly využity „Ergonomické checklisty a nové metody práce při hodnocení ergonomických rizik“, které byly vypracovány v roce 2007 Národní referenční laboratoří pro fyziologii a psychofyziologii práce SZÚ. Z prvotní analýzy stávajících checklistů vyvstala potřeba zohlednění aktuálních potřeb praxe a zakomponování požadavků firem v souladu s platnou legislativou. S cílem získat potřebná data, proběhly v červnu 2023 audity ergonomie ve 3 výrobních firmách. Zjištěné nedostatky byly zohledněny do aktualizované podoby ergonomického checklistu, který byl následně znovu ověřen přímo na pracovištích.

Výsledky:

Na základě opakovaně ověřených dat z ergonomických auditů ve výrobních firmách byly vytvořeny nové checklisty se zaměřením na prevenci přetížení oblasti bederní páteře. Tyto checklisty umožňují rychlé ergonomické hodnocení pracovní činnosti a pracovního místa s ohledem na poškození zad a hodnocení manipulace s břemeny. Checklisty pomáhají identifikovat jak nevhodné pracovní podmínky, tak i nevhodné pracovní polohy v souvislosti s manipulací s břemeny, které mohou vést k poškození páteře.

Závěr:

Ergonomický checklist je jednoduchý screeningový nástroj, který může značnou měrou přispět k prevenci profesionálních onemocnění spojených s ergonomickými riziky.

„Podpořeno MZ ČR - RVO (Státní zdravotní ústav - SZÚ, IČ 75010330).“ Financováno z projektu Institucionální podpory MPSV - Číslo projektu: 06-S4- 2022-VUBP (9260) „Výzkum rozhodujících faktorů MSD a problémů s bederní páteří, možnosti prevence a nápravných opatření se zaměřením na ergonomická řešení v pracovních systémech (autonomní výzkum)“, 2022-2024