

16

**מחקר בנושא מיפוי
תחלואה: בעיית
הבריאות העיקרית שדווחה
הייתה כאבי שריר-שלד,
ובפרט כאבי גב תחתון**

צילום אילוסטרציה: Freepik



כאבי שריר-שלד, ובעיקר גב תחתון

בריאותי. אומדני החשיפה הגבוהים ביותר היו בנגריות. עוד עלה כי מודעות המעסיקים והעובדים נמוכה מאוד, אם קיימת.

ממצאי מחקר מקדים זה העלו את החשיבות בניטור מעשי של רמות

המשך בעמוד הבא <<

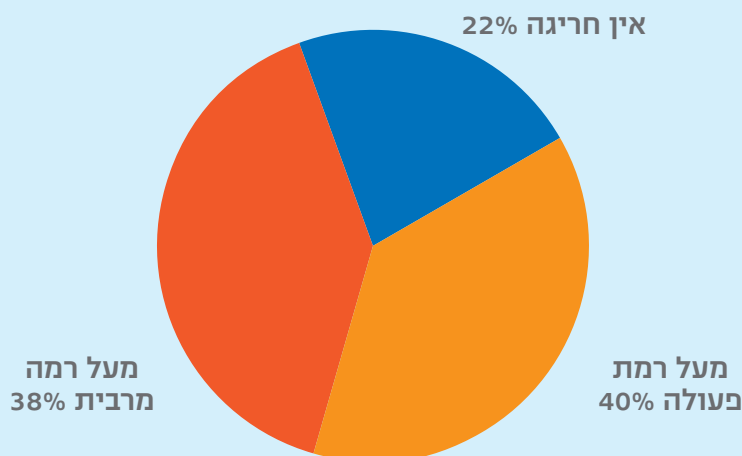
לאצבעות ופגיעות עצביות. ממחקר מקיף, שכלל תצפיות ב-766 עובדים והערכה פוטנציאלית של מידת חשיפתם לרטט ופעולות המניעה שלהם, הוכן מודל להערכה איכותנית של מידת החשיפה לרטט. מהמודל עלה כי ל-80% מהעובדים בקירוב יש בפוטנציאל לחשיפה לרטט ברמה הדורשת ניטור ומעקב

תסמינים. לעומתם, מי שעובדים בצפיפות במשרד או במרחב פתוח, הכי פחות מרוצים מסביבת העבודה שלהם וקרוב ל-40% מהם מדווחים על תסמינים. מסקנות הסקר הן שבשל השיעורים הגבוהים של אנשים שמדווחים על רווחה פיזית לא מספקת, ראוי לבדוק לעומק ולנטר את איכות הסביבה הפנים-מבנית במשרדים ולראות את הקשר שלה לרווחתם הפיזית והרגשית של העובדים. מחקר המשך זה הוכן במהלך 2022 ואנו מתחילים בביצועו. במהלך שנת 2023 נגיע למקומות עבודה משרדיים לאיסוף נתונים ומדידות של סביבות העבודה ונשאל את העובדים לגבי הרגשתם. מעוניינים להשתתף? פנו אלינו.

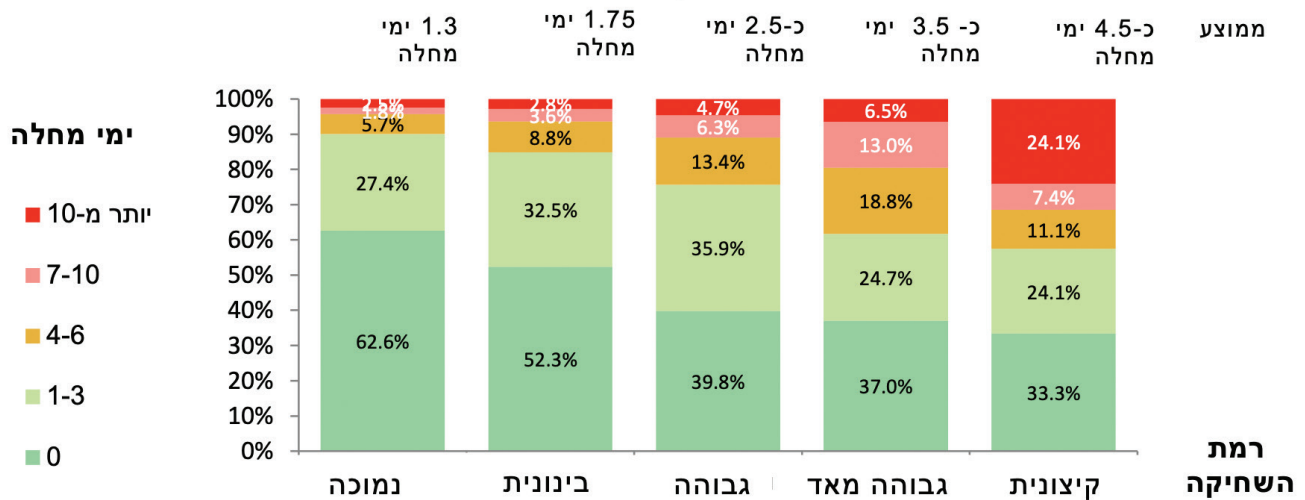
רטט (ויברציה)

הסיכונים בחשיפה לרטט אינם מוכרים מספיק לעובדים ולמעסיקים. רטט נגרם בשל עבודה על מכונה רוטטת (לדוגמה, טרקטור), הגורמת לרטט כל-גופי, או בשל אחיזת מכשיר שבעבודתו מייצר רטט (לדוגמה, מקדח) ומעביר אותו ליד האוחזת. לכן הוא נקרא רטט יד-זרוע. הסיכונים הבריאותיים יכולים לכלול כאבי שריר-שלד, פגיעות בכלי הדם וזרימת הדם

מודל של מידת החשיפה לרטט



השוואת התפלגות האנשים לפי מספר ימי מחלה בין רמות השחיקה



המשך מעמוד קודם

החשיפה לרטט. במהלך 2022 הוכן פרוטוקול למחקר, נרכש ציוד מדידה ונערך פיילוט לבדיקות חשיפה לרטט כל-גופי ויד-זרוע. כמו כן, אנשי הגיהות במחלקה הכינו דף מידע והסבר על רטט וסיכונים, וכן, על דרכי ההתמודדות. המחקר המעשי יתבצע במהלך שנת 2023 בביקורים חוזרים אצל משתתפי השלב הראשון, וכן, באתרים נוספים. מעוניינים להשתתף? פנו אלינו.

שחיקה תעסוקתית

שמירה על שלומותם (Well-being) ובריאותם הנפשית של העובדים קיבלה תשומת לב רבה בשל שילוב של גורמים. בשנת 2019 הוכנסה השחיקה התעסוקתית כסינדרום למדריך האבחון של ארגון הבריאות העולמי, ובשנת 2021 יצא תקן ISO45003 לגורמים הפסיכוסוציאליים לשמירה על שלומות העובדים, כתקן משלים לתקן הבטיחות והבריאות התעסוקתית. התקן יצא בעברית בחודש נובמבר 2022. לאלה הצטרפה ההשפעה של מגפת הקורונה, ששינתה סדרי עדיפויות לעובדים ולמעסיקים. בשנת 2022 סיכמנו מחקר בשני סקרים שהועברו בהפרש של שנה לאותם עובדים. כ-1,200 משיבים דיווחו על תנאי עבודתם, על מידת הלחץ והשחיקה שהם חווים בשנה הראשונה, ועל מידת השחיקה ועל מצבם הבריאותי בשנה השנייה.

ריבוי גורמי לחץ, כגון עומס פיזי או קוגניטיבי, חסמים ביורוקרטיים, יחסים עוינים וחוסר הוגנות, קשורים קשר הדוק לרמת השחיקה בעבודה

ירדה שוב ב-2022. שיעור העובדים שמדווחים על שחיקה גבוהה מאוד עומד על כ-15%-20%. עוד עולה מהממצאים שריבוי גורמי לחץ, כגון עומס יתר פיזי או קוגניטיבי, חסמים ביורוקרטיים, חוסר בעצמאות בעבודה, יחסים עוינים וחוסר הוגנות, קושי באיזון בין הבית לעבודה וחוסר בחיבור משמעותי לתפקיד היו קשורים קשר הדוק לרמת השחיקה באותה השנה וגם בשנה שאחריה עבור העובדים שנשארו באותו תפקיד. מי שדיווחו על שלושה גורמים או יותר היו בסיכוי מוגבר לחוות שחיקה גבוהה מאוד. שחיקה גבוהה בשנה הראשונה הייתה קשורה לסיכוי גבוה יותר לתחלואה (כדוגמת לב וכלי דם, מערכת העיכול, סוכרת, סרטן) לעומת שחיקה נמוכה, לסיכוי גבוה יותר לכאבי שריר-שלד, וכן, לסיכוי גבוה יותר למעורבות בתאונה.

על בסיס הממצאים וסקירת ספרות מחקרית נרחבת על התערבות למניעת שחיקה, בנינו, יחד עם מינהל הבטיחות, סדנה למנהלים למניעת שחיקה בקרב העובדים, והטמעת תקן הבריאות הנפשית וגורמים פסיכוסוציאליים.

בריאות תעסוקתית

בהמשך לסקרים על שחיקה ומתוך צורך להתחיל במיפוי סוגי תחלואה שונים ולאתר קשרים לתפקידים, תעשיות ותנאי עבודה ערכנו סקר שבחן את תנאי העבודה של המשתתפים ודיווח עצמי על מצבי בריאות וחולי שונים. במחקר חתך זה השתתפו יותר מ-3,300 משיבים ממגוון רחב של עיסוקים ואוכלוסיות

הממצאים העלו כי רמת השחיקה עלתה מעט בין שנת 2020 לשנת 2021, אך



צילום: המוס"ל

"מטרתנו היא לקדם את בריאות העובדים". ד"ר לליב אגוזי, מנהלת מחקר, המוס"ל

בחברה הישראלית.

בעיית הבריאות העיקרית שדווחה הייתה כאבי שריר-שלד, ובפרט כאבי גב תחתון, ולאחריה קשיי נשימה ופגיעות עור. בעיות נפשיות, לחץ, שחיקה וקשיי שינה בשל מחשבות מטרידות דווחו על ידי כחמישית מהמשתתפים. מבחינת תנאי עבודה לא מיטביים: כ-40% עובדים בשבוע עבודה יותר מ-42 שעות, כשליש דיווחו על פעולה חוזרנית, כרבע דיווחו על עבודה במשמרות, כחמישית סוחרים משאות כבדים.

מצאנו כי תנאי עבודה, כגון פעולה חוזרנית, נשיאת משאות, עמידה ממושכת היו קשורים לסיכוי לסבול מכאבי שריר-שלד (כתבה נפרדת במדור ארגונומיה). פגיעות עור היו קשורות לעבודת משמרות, לעבודה פיזית וגם לחשיפה לחום רב, לקור רב או לחומרים כימיים. מקצועות שיטור וחילוץ והצלה, נהיגה ועובדי ייצור ושטח היו קשורים לבעיות מרובות, כגון פגיעות שריר-שלד, עור וסוכרת. נהגים דיווחו גם על קשיי נשימה.

ממצאי סקר זה העלו את חשיבות מיפוי התחלואות השונות בתפקידים השונים. בשנת 2023 יערך סקר המשך כמו גם התמקדות במקצועות כגון נהיגה, שהעלו חשד למספר סיכונים חשיפה, וכן, במחלות

כדוגמת הסוכרת שקיבלה מעט התייחסות בהיבט התעסוקתי (סקירת ספרות ניתן לראות באתר המוס"ל).

הקפדה על כללי הבטיחות בעבודה בגובה

מדריכי המוסד לבטיחות ולגיהות העבירו שאלונים לכ-400 עובדי בנייה לגבי השימוש שלהם בקסדה עם סנטרייה בעת עבודה בגובה. מטרת הסקר הייתה לראות מה הגורמים שתומכים בהתנהגות בטיחותית, ומה הגורמים המקשים על העובדים לנהוג בבטיחות. הממצא העיקרי היה כי מרבית העובדים כלל לא מקבלים את הציוד שבו עליהם להשתמש או שהוא אינו תקין. מבין אלה שקיבלו את הציוד, רבים בוחרים לא להשתמש בו. הסיבות העיקריות שדווחו היו חוסר נוחות וחוסר הקפדה מצד המנהלים ושאר העובדים. הסיבות שמנו העובדים שמשמשים בציוד היו חשיבות שמירת בריאותם עבור עצמם ועבור בני משפחתם, וכן, הקפדה של המנהלים והממונים על הבטיחות. סקר המשך, העוסק בשימוש בציוד מגן בעבודה בגובה, מתבצע בימים אלה ויפורסם במהלך שנת 2023. אנו בעיצומם של מחקרים נוספים, שעל ממצאיהם נדווח במהלך השנה. ●

מחקר בנושא עבודה בגובה: הממצא העיקרי היה כי מרבית העובדים כלל לא מקבלים את הציוד שבו עליהם להשתמש או שאינו תקין