

Sjukgymnasten i företagshälsovården

Barbro Oscarson

Christina Weibull

Företagshälsovård i mer organiserad form etablerades i slutet av 1960, men sjukgymnasten var inte med i teamet från början. Det dröjde några år tills man insåg, att sjukgymnastens kunskaper om hur människan påverkas av belastning i arbetet var en viktig komplettering i det medicinska och tekniska teamet. Arbetsuppgifterna har utvecklats från enbart behandling till idag förebyggande. Inom företagshälsovården arbetar sjukgymnasten med analys och bedömning av riskfaktorer, arbetsplatsutformning och produktutveckling samt med utbildning. Fortbildningen inom företagshälsovård med inriktning på belastningsergonomi startade 1972 och har successivt utvecklats och förlängts så att den nu motsvarar 20 högskolepoäng.

Barbro Oscarson, leg sjukgymnast/ergonom, Previa-rikshälsan, Lund, har representerat LSR i referensgruppen till AI:s specialistutbildning för legitimerade sjukgymnaster och varit engagerad i utbildningar inom arbetsmiljöområdet. Christina Weibull, leg sjukgymnast/ergonom, Previa-rikshälsan, Malmö, har arbetat med utbildning i belastningsergonomi och arbetsteknik för flera olika yrkesgrupper.

Utvecklingen av ett nytt verksamhetsområde

De första sjukgymnasterna som arbetade i företag hade behandling som sin huvudsakliga arbetsuppgift. De flesta var inte anställda vid respektive företag utan arbetade som privatpraktiker. Besök på arbetsplatsen för att ge instruktioner eller råd om förbättringar ingick inte i sjukgymnastens arbetsuppgifter och ersattes inte ekonomiskt. Men sjukgymnasten gick till en början ändå av eget intresse och nyfikenhet ut för att se hur individen fungerade i sitt dagliga arbete.

När sjukgymnasten sedan blev anställd vid företagen ökade möjligheten att göra en insats på arbetsplatsen

med råd om förbättrad utformning eller hjälpmedel. De fackliga organisationerna var intresserade framför allt av en *teknisk* förbättring av arbetsplatsen. Arbetsplatsen skulle anpassas till människan. Detta var ett mycket viktigt krav, då det inte hade tagits någon större hänsyn till människans förutsättningar vid utformning av maskiner, instrumentets placering, förarhytter eller verktyg.

Till en början var det bara skyddsingenjören som var involverad i arbetsplatsens utformning, men successivt tog sjukgymnastens kompetens i bruk och samarbetet mellan sjukgymnast och skyddsingenjör blev mer regel än undantag. De huvudsakliga uppgifterna för företagssjukgymnasten blev behandling under halva arbetstiden och råd om arbetsplatsens utformning samt medverkan vid planering och nyinköp under andra hälften.

Leg sjukgymnaster blev också snart anlitade vid utvärdering och ergonomisk utveckling av nya produkter. Ett av tidiga uppdrag var medverkan vid utformningen av en lätt justerbar kontorsstol. Tidigare var det inte möjligt att ändra stolens inställning, när man satt. Det finns många fler exempel på sjukgymnastens medverkan vid utformning och utvärdering av nya produkter, t ex kravspecifikation för ny tandvårdsutrustning (8), ergonomisk bedömning av kontorsmöbler för Försvarets materielverk inför det statliga upphandlingsavtalet, utveckling av nytt postsorteringsfack (2), bedömning av belastning på muskulaturen vid arbete med tangentbord eller skrivmaskin (3), utvärdering av nackkudde som hjälpmedel vid målningsarbete.

Idag är produktutveckling och rådgivning vid utformning av arbetsplatser vanliga arbetsuppgifter för

Idag är produktutveckling och rådgivning vid utformning av arbetsplatser vanliga arbetsuppgifter för sjukgymnasten

Under det senaste decenniet har utbildning och information om optimal arbetsteknik blivit en allt vanligare arbetsuppgift för sjukgymnasten i företagshälsovården

sjukgymnasten ofta tillsammans med skyddsingenjören. Sjukgymnastens utbildning i funktionell anatomi och den kliniska utbildningen, som ger kunskap och erfarenhet om de besvär som kan uppstå när leder, muskler och senor utsätts för felaktig belastning, är nödvändig för att förstå människan i arbete. Detta är en väsentlig kunskap, som måste ligga till grund för en ergonomisk kravspecifikation vid utformning av arbetsplatser, verktyg m.

Under det senaste decenniet har utbildning och information om optimal arbetsteknik blivit en allt vanligare arbetsuppgift för sjukgymnasten i företagshälsovården. Detta accepterades först inte alltid av de fackliga organisationerna eftersom de ansåg det hindra utvecklingen av optimala arbetsplatser. Det visade sig emellertid att olika individer vid samma typ av arbetsplatser och med lika arbetsuppgifter har olika arbetsteknik. Den ene kan arbeta på ett för kroppen ekonomiskt sätt, medan den andre arbetar på ett sådant sätt att risken för besvär/skada ökar (1). För undervisning i arbetsteknik har flera skolor utvecklat och använt sig av varierande resultat (4).

Idag anpassar företagssjukgymnasten ergonomiutbildningen till den aktuella arbetssituationen, vilket kräver att sjukgymnasten noggrant studerar arbetet i fråga och skaffar sig en god kännedom om dess krav och förutsättningar. Det är en tidskrävande uppgift att få en individ att ändra på ett invant rörelsemönster, men det kan vara nödvändigt för att minska risken för belastningsbesvär.

I många yrken där besvär är vanliga och där rörelsemönstret är komplicerat krävs säkerligen betydligt större tidsinsats än hittills av utbildning i skonsam arbetsteknik för att nå ett gott resultat. En utvärdering av en 40 timmars praktisk och teoretisk utbildning av skogsarbetare visade att de lärde sig arbeta med ett för ryggen skonsammare arbetssätt (5). En studie från verkstadsindustri visar, att ergonomisk inskolning av nyanställda halverade sjukskrivningen i besvär från armar, axlar och nacke (6).

Många människor har i sitt arbete ensidiga, mono-

tona och repetitiva arbetsrörelser. Att organisera arbetet mellan individer och mellan olika arbetsuppgifter är idag en viktig arbetsuppgift för företagssjukgymnasten. Den nya forskningen betonar arbetsorganisationens betydelse i detta sammanhanget (7).

Med den ökande kunskapen om sambandet mellan negativ stress och belastningsbesvär är utbildningen i stresshantering, avspänningsmetoder och kroppskännedom en alltmer efterfrågad arbetsuppgift där företagssjukgymnasten ofta samarbetat med beteendevetaren.

Utbildning

I och med att antalet sjukgymnaster ökade inom företagshälsovården uppstod behov och krav på fördjupad kunskap inom arbetsmiljöområdet. 1972 startade Svenska Arbetsgivareföreningen (SAF) tillsammans med Legitimerade sjukgymnasters Riksförbund (LSR) den första kursen i företagshälsovård för leg sjukgymnaster.

Den första kursen omfattade tre kursveckor men kompletterades året efter med en fjärde kursvecka. Kurs tiden har sedan successivt ökat allteftersom nya ämnesområden tillkommit. Dagens utbildningar omfattar sex kursveckor samt genomförande av examensarbete, inläsning av kurslitteratur och examination. Sammanlagt motsvarar detta 20 poängs universitetsstudier.

Under åren 1972-1993 har 37 kurser genomförts, varvid sammanlagt ca 1.000 företagssjukgymnaster har utbildats. Sjukgymnaster har fått stå i kö i flera år för att kunna antas till utbildningen och fortfarande är det fler sökande än antalet tillgängliga platser.

Arbetsmiljöinstitutet (AI) har idag regeringens uppdrag att ansvara för utbildningen, men under åren har AI ej haft tillräckliga resurser att täcka behovet. SAF har tillsammans med LSR anordnat åtta kurser, Landstingsförbundet och LSR en kurs och Statshälsan och LSR två kurser. Övriga utbildningar har anordnats av Arbetskyddsstyrelsen (ASS) numera AI i Umeå, som uppdragsutbildning vid Institutionen för sjukgymnastik i Lund och av AI i samarbete med Karolinska Institutet i Stockholm.

Utbildningens innehåll

Utbildningarna gäller företagshälsovård med ergonomisk inriktning - ett tillägg som är en viktig markering för sjukgymnasternas ansvarsområde belastningsergonomi. Ämnet belastningsergonomi har alltid varit

Det finns idag en mycket stor grupp ytterst välutbildade, mycket praktiskt erfarna och kompetenta leg sjukgymnaster inom arbetsmiljöområdet

det mest omfattande, följt av funktionell anatomi, biomekanik och arbetsfysiologi. Under åren och i takt med en utökning av arbetsuppgifterna och ökad kunskap genom nya forskningsresultat har kursen utvecklats och en rad nya ämnen fått större omfattning. Som exempel kan nämnas psykosocialt betraktelsesätt, rehabilitering och arbetsorganisation.

Kursens målsättning är att

- ge kunskap om människan i arbete samt de särskilda hälsorisker som finns i arbetslivet och som är av betydelse för sjukgymnastens verksamhet inom företagshälsovården.

- lägga särskild vikt vid belastningsergonomi och mätmetoder tillämpbara för ergonomiska utredningar samt integrera arbetsorganisatoriska frågor, psykiska belastningsfaktorer samt tidig rehabilitering

- ge färdighet att genomföra och redovisa ett självständigt genomfört projektarbete inom sjukgymnastens verksamhetsområde.

Under kursen genomförs ett omfattande och kvalificerat projektarbete. Avsikten med detta är att kursdeltagarna skall visa prov på sin förmåga att planera, analysera och utvärdera ett arbetsmiljöproblem inom företagssjukgymnastens verksamhetsfält.

Projektarbeten från samtliga kurser finns publicerade i sammanfattningsform från Arbetsmiljöinstitutet i Solna. Det finns även i originalutgåva på biblioteken vid Institutionen för leg sjukgymnastik, Yrkes- och

miljömedicinska kliniken i Lund, Arbetsmiljöinstitutet i Solna och Umeå samt på LSR:s kansli i Stockholm.

Samhällsekonomisk resurs att ta tillvara

Sammanfattningsvis finns det idag en mycket stor grupp ytterst välutbildade, mycket praktiskt erfarna och kompetenta leg sjukgymnaster inom arbetsmiljöområdet. Dessa utgör en värdefull resurs, vars kunskaper behövs för att nedbringa den stora frekvensen av kostbara belastningssjukdomar. Dessa orsakar mycket lidande och försämrar livskvaliteten för många både under det yrkesverksamma livet liksom efter uppnådd pensionsålder.

REFERENSER

1. Cardell H, Melin E: Sambandsundersökning av nack-skulder besvär och muskulära belastningsfaktorer hos personal inom LM-koncernen. Metodutveckling för registrering av arbetsrörelser. Rapport från LME Företagshälsovården 1981.
2. Fahlman M: Belastningsstudie av höger skuldra vid stående post-sortering. En jämförelse mellan befintligt postsorteringsfack och ny prototyp med VIRA metoden. Företagssjukgymnastutbildningen, Lund 1987.
3. Fernström E, Eriksson M O, Malmer H: Electromyographic activity during typewriter and keyboard use. 1993. (för publicering i Ergonomics)
4. Hemborg B: Utvärdering av ryggskolan - en litteraturgenomgång. Läkartidningen nr 50, 1988.
5. Luopajarvi T: Workers education, Ergonomics, vol 30, nr 2 Februari 1987.
6. Parenmark G, Engvall B, Malmkvist A-K: Största arbetsskadan i verkstadsindustri halverad genom ergonomisk skolning. Läkartidningen Vol 84 nr 25 1987.
7. Winkler J, Kilbom Å (Eds): fysisk belastning och tidsaspekter på arbetsorganisation vid repetitivt och monotont arbete. Undersökningsrapport, Arbetsmiljöinstitutet 1989:21.
8. Åkesson I: Ergonomisk undersökning inom folktandvården. Del II, Malmöhus läns landsting 1976.