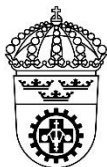




Rapport 2015:1

Ergonomi i kvinnors arbetsmiljö

– kunskapsinhämtning och kunskapsspridning
samt metod- och kompetensutveckling



Enheten för region öst
Minke Wersäll, 010-730 97 45
Ruth Carlsson, 010-730 98 34

EKA - kunskapsinhämtning och kunskapsspridning samt metod- och kompetensutveckling

Projektnamn: Ergonomi i Kvinnors Arbetsmiljö (EKA)
Projektägare: Boel Callermo
Projektledare: Minke Wersäll IRÖ; även delprojektledare för metod och kompetensutveckling
Delprojektledare: Ruth Carlsson RM, kunskapsinhämtning och – spridning
Delprojektledare: Kersti Lorén IRV, inspektionsaktiviteter
Projektgruppen: Leif Häggström Nätfalk, IRN; Ulla Norrby och Helena Westlund, K.

1. Sammanfattning

Projektet Ergonomi i Kvinnors Arbetsmiljö bestod av tre delprojekt. Två av dem var kunskapsinhämtning och kunskapsspridning samt metod- och kompetensutveckling. Syftet var att ge ökade kunskaper till både arbetsgivare och inspektörer om bedömning av risker för belastningsskada samt metoder som är lätta att använda. Olika aktiviteter såsom kunskapsinhämtning och kunskapsspridning har huvudsakligen skett för inspektörer och ergonomer. Även seminarier i olika former har bidragit till att sprida kunskaper om ergonomi i kvinnors arbetsmiljö. Metoder för bedömning av risker för belastningsskada har introducerats och prövats. Ett tydligt resultat är att metoderna har tagits i bruk och används i hög utsträckning i arbetslivet. Internt har kompetensutvecklingen lett till att inspektörerna i högre grad uppmärksammar risker för belastningsskada och har förståelse för att ett genusperspektiv behövs för att bedriva ett framgångsrikt systematiskt arbetsmiljöarbete.



2. Mål, syfte och avgränsningar för projekten

Syftet med projekten var att öka kunskaperna om ergonomi i kvinnors arbetsmiljö och bidra med flera användbara metoder för att uppmärksamma risker för belastningsskada. Ökade kunskaper hos arbetsgivare om hur belastningsskador uppstår och hur de förebyggs bidrar till bättre hälsa och ett hållbart arbetsliv. Ökade kunskaper hos inspektörer i sin tur leder till att de uppmärksammar risker för belastningsskada och ställer krav på åtgärder.

Ett projektmål var att utveckla en process för kunskapsinhämtning och kunskapsspridning inom ergonomiområdet. Projektmålet för metodutveckling var att hitta och pröva metoder för att undersöka och bedöma risker för belastningsskada som underlag till att ställa krav på och genomföra åtgärder.

Kunskapsinhämtning och kunskapsspridning samt metod- och kompetensutveckling var delprojekt i Ergonomi i Kvinnors Arbetsmiljö (EKA).

3. Uppnått resultat för projekten

Nedan redovisas referenslitteratur som vi har använt och aktiviteter som vi har genomfört inom ramen för EKA. Varje aktivitet redovisas och uppnått resultat kommenteras.

Referenslitteratur

Kunskapssammanställningen "Belastningsergonomiska studier utifrån ett produktions- och systemperspektiv - interventioner, verksamhetseffekter och konsekvenser" (Rapport 2012:1) har gjorts av professor Jörgen Eklund samt doktoranderna Mikael Brännmark, Malin Håkansson och Kjerstin Vogel på Kungliga Tekniska Högskolan.

Kunskapssammanställningen "Belastning, genus och hälsa i arbetslivet" (Rapport 2013:9) har gjorts av professor Svend Erik Mathiassen och fil. dr. Charlotte Lewis på Centrum för belastningsskadeforskning (CBF) vid Högskolan i Gävle. Sammanställningen gjordes inom ramen för EKA.

Boken "Att återställa ordningen" av professor Lena Abrahamsson vid Luleå Tekniska Universitet, har använts. Docent Hélène Sandmarks sammanställning



”Perspektiv på kvinnors hälsa i arbetslivet” har också funnits med som ett underlag till kunskapsinhämtningen. Vidare har den internationella rapporten ISO/TR 12296 ”Ergonomics - Manual handling of people in the healthcare sector” utgjort underlag för valet av metoder vid tillsynen av personförflyttningar.

Följande artiklar om metoden för att bedöma risker för belastningsskada har studerats:

- M. Douwes och H. de Kraker ”Hand Arm Risk Assessment Method (HARM) a new practical tool” Premus 2010 och ”HARM overview and its application: some practical examples”; Work 41 (2012).
- E-P. Takala et al. ”Systematic evaluation of observational methods as assessing biomechanical exposures at work” Scand J Work Environ Health 2010; 36 (1):3-24.

Lärande seminarier

Ett lärande seminarium hölls för ett urval av inspektörer och ergonomer från företagshälsovården i maj 2012 med Jörgen Eklund och Lena Abrahamsson. Även några kommunikatörer från Arbetsmiljöverket deltog. Lärande seminarierna var en del i genombrottsmetoden som är en metod för att bedriva utvecklingsarbete på arbetsplatsen. Den innebär att fastställa tydliga mål och testa förändringar i en liten skala som gör att vi lär oss vilka förändringar som leder till förbättringar. Ett budskap som vi arbetade vidare med här var att det finns ett starkt samband mellan ergonomi och kvalitet, men också behovet av att ha ett MTO perspektiv vid arbetsplatsförbättringar. Med ett MTO perspektiv tydliggörs interaktionen mellan människa, teknik och organisation. Dessutom bör inspektörer och ergonomer synliggöra om kvinnor och män utför samma arbetsuppgifter på arbetsplatserna. Det är viktigt för att resonera kring arbetsrotation och att både kvinnor och män ska ha möjlighet till att variera belastningen under en arbetsdag. Det finns föreställningar om kvinnor och män vilket gör att arbetsuppgifter och - utrustning könsmärks, till exempel benämns truckar som rosa truckar när de används av kvinnor. Därför måste man arbeta med värderingar, normer och mönster vid organisationsförändringar, som till exempel införandet av arbetsrotation, i organisationer där kön ges betydelse. Annars tenderar förändringar att misslyckas då det finns starka krafter som verkar för att återställa ordningen. Med att återställa ordningen menas att man ser, om än inte alltid medvetet, en vinst i att hålla isär männens och kvinnornas



arbeten, och följderna blir att män och kvinnor återgår till att arbeta så som de gjorde tidigare. Alternativt att det inrättas en ny ordning med skillnader som bygger på nya former av särhållande och där olika arbetsuppgifter och verktyg könsmärks. Detta budskap har integrerats i EKA-inspektionerna.

I maj 2013 hölls ett mindre lärandeseminarium med representanter från distriktet med Svend Erik Mathiassen och Charlotte Lewis samt följeforskaren Angelika Sjöstedt – Landén. Svend Erik och Charlotte presenterade en delrapport till kunskapssammanställningen om belastning, genus och hälsa. I samband med seminariet tydliggjorde Angelika betydelsen av genusperspektiv i forskarnas rapport. Det påföljande lärandeseminariumet hölls i oktober 2013 med Svend Erik och Charlotte samt ett urval av inspektörer och ergonomer från företagshälsovården. Budskapet från detta seminarium var att kvinnor har mer belastningsskador än män på grund av att man har olika arbetsuppgifter, kvinnor har mer repetitiva uppgifter än män. Arbetsmarknaden är segregerad, kvinnorna arbetar i stor utsträckning i vård och omsorg med hög fysisk belastning som dessutom är emotionellt påfrestande.

Ett viktigt resultat av lärandeseminariumerna blev att det systematiska arbetsmiljöarbetet måste ha ett genusperspektiv. Tre viktiga frågor infördes för att få igång en dialog om systematiskt arbetsmiljöarbete vid inspektionen:

- Hur är könsfördelningen på arbetsplatsen
- Utför kvinnor och män samma arbetsuppgifter
- Finns könsuppdelad statistik om till exempel sjukfrånvaro.

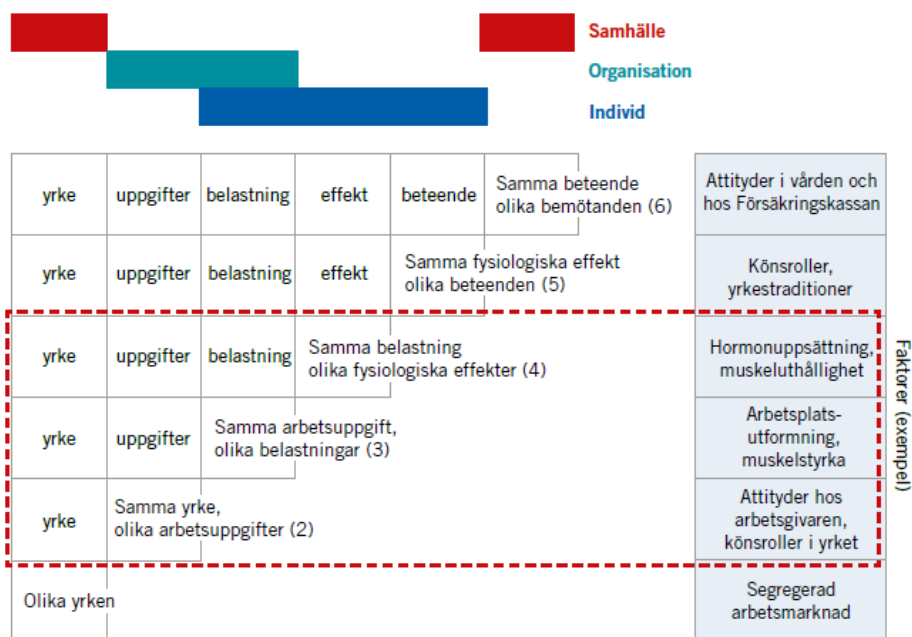
Andra seminarier

Kunskapsspridning har även skett genom ett frukostseminarium i oktober 2013 då kunskapssammanställning "Belastning, genus och hälsa" presenterades. Framförallt arbetsmarknadens parter och företagshälsovården deltog. Kunskapssammanställningen fick stort genomslag i media och nämndes även av socialförsäkringsministern i ett debattinlägg.

Budskapet var att det finns en påtaglig könssegregering i arbetslivet. På många arbetsplatser tilldelas eller tar männen tyngre sysslor då kvinnor inte anses, eller anser sig själva, fysiskt kapabla till detta. Kvinnor utför repetitiva uppgifter och arbetar ofta med människor inom vård, omsorg och skola, vilket kan innebära en hög emotionell belastning. Att konstruera arbetsuppgifter och -



utrustning till att passa både kvinnor och män borde vara en självklarhet i ett inkluderande arbetsliv. Att ändra attityden från att kvinnans fysik ger begränsningar till att begränsningen ligger i uppgiften eller utrustningens utformning är en viktig insats för att få till en förändring.



Det faktum att män och kvinnor har olika arbetsuppgifter, även om de arbetar i samma yrken, är sannolikt en väsentlig förklaring till ojämlikheter i arbetshälsan. Att män och kvinnor belastas olika när de gör samma arbetsuppgift kan också vara en viktig förklaring, men mäns och kvinnors olika fysiologiska reaktioner på samma belastning förklarar inte, i någon särskild omfattning, skillnader i belastningsrelaterad ohälsa mellan män och kvinnor.

Inför tillsyn mot personförflyttningar i vård och omsorg hölls i mars 2013 ett startseminarium "Hållbar arbetsmiljö med rätt belastning", om betydelsen av bedömning av risker för belastningsskada och förebyggande åtgärder. Docent Inga-Lill Enquist berättade om sin forskning som visar att det är vid personförflyttningar som många arbetstagare skadar sig, många gånger uppstår skador vid planerade förflyttningar. Det är vanligt att arbetstagarna inte använder de hjälpmedel som finns. Situationer där personförflyttningar sker är mycket komplexa och ord som sammanfattar denna komplexitet är tid, bemanning, utrustning, utrymme, kunskap och dialog. Inga-Lill talade om vikten av att förebygga belastningsolyckor genom att undvika att lyfta manuellt. Hennes



budskap var "chansa aldrig!" Forskaren och konsulten Hanneke Knibbe presenterade en övergripande strategi att integrera bedömning av risker för belastningsskada i verksamheten. Att bedöma risker för belastningsskada i en komplex verksamhet kräver att parterna samarbetar. Hanneke berättade vidare om sitt arbete med att ta fram branschpassat stödmaterial för riskbedömning och kompetensutveckling i Nederländerna. Där har man arbetat med Tilthermometern som vi också haft med i våra inspektioner. Professor Lotta Dellve talade om ledarskapets betydelse för arbetstagarnas psykosociala arbetsmiljö. På seminariet fick representanter från Kommunal, Vårdförbundet, Almega, Arbetsgivarföreningen KFO samt Karolinska Institutet och Sveriges Företagshälsor delta i en paneldiskussion om "Vad vi kan bidra med och hur vi går framåt?". Deltagarna diskuterade vad de kan göra för att skapa en hållbar arbetsmiljö med rätt belastning. Publiken deltog aktivt i diskussionen. Seminariet rönt stort intresse med ett hundratal deltagare. Även hjälpmedelsfirmor bidrog med utställning för att uppmärksamma vikten av att känna till och följa utvecklingen av förflyttningshjälpmedel. Seminariet uppmärksammades massmedialt, vilket bidrog till att arbetsgivare var förberedda när inspektörer besökte arbetsplatserna.

Kunskap om riskbedömningsmetoder

Urval av metoder för att bedöma risker för belastningsskada gjordes med utgångspunkt i att metoderna skulle vara lätta att använda för arbetsgivaren, inspektörer och ergonomer inom företagshälsovården. Metoderna skulle vara evidensbaserade. För att hitta metoder har vi dels haft kontakt med forskare i internationell samverkan dels med Centrum för belastningsskadeforskning (CBF) vid högskolan i Gävle. Detta har lett till att vi nu har användbara metoder för bedömning av risker för belastningsskada vid manuell hantering av varor, handintensivt arbete och arbete med personförflyttning.

En utbildning omfattande metoder för bedömning av risker för belastningsskada anordnades för inspektörer och handläggare i ergonomi. Utbildningen hölls av Per Lindberg och Göran Hägg vid CBF. Sammanlagt 25 personer deltog och alla dåvarande inspektionsdistrikt var representerade. Syftet med utbildningen var att lära sig metoderna för att kunna utbilda och handleda sina kollegor på distrikten, vilket har skett i samband med tillsynsaktiviteterna. Metoder som ingick i utbildningen var PLIBEL, QEC, Keyserling, NIOSH, Strain Index, REBA, RULA, HARM, KIM I och II. Eftersom inspektörer vid varje distrikt har



lärt sig flera olika metoder har dialogen på arbetsplatsen om bedömning av risker för belastningsskada blivit tydligare och enklare. Det har även blivit lättare att förtydliga behoven av extern hjälp till exempel företagshälsovården.

När vi inventerade metoder för att bedöma risker för belastningsskada vid personförflyttning ansåg vi att Tilthermometern och PTAI (Patient Transfer Assessment Instrument) var möjliga att använda av inspektörer. Vi valde därför att själva översätta dessa till svenska och pröva dem i tillsynen. Samtliga verktyg som har använts inom ramen för projektet finns tillgängliga på vår webbplats. En slutsats är att det fortfarande finns ett stort behov av att utveckla tillämpliga metoder för att bedöma risker vid situationer med personförflyttningar.

I samband med tillsynsaktiviteten 2013 anordnade vi en kompetensutveckling kring personförflyttning i samverkan med Kicki Reifeldt och Cecile Schillinger vid Hjälpmedelsinstitutet Väst. Temat var viktiga faktorer för en bra förflyttning. Vi fick ta del av bra hjälpmedel samt principer för förflyttning med överviktiga vårdtagare. För att väva in tillsynsinsatsen i ett sammanhang av pågående aktiviteter var kontaktpersoner för branschbevakning av hälso- och sjukvård samt omsorg och sociala tjänster inbjudna. Tillsynsinsatsen och Tilthermometer och PTAI presenterades, samt den nya broschyren ADI 581 "Belastning vid personförflyttning" som gjordes inom ramen för projektet. Broschyren användes som tillsynstöd vid tillsynen. Kompetensutvecklingen möjliggjorde att lokala utbildningar på distrikten kunde genomföras och ett stort antal inspektörer fick bygga på sin kompetens.

En övervägande del av alla inspektörer, 83 % av kvinnorna kvinnor och 75 % av männen, har deltagit i någon av EKA:s tillsynsaktiviteter 2012-2014 med något eller några av verktygen KIM, HARM, Tilthermometer och PTAI för bedömning av risker för belastningsskada. Innan tillsynen har en utbildning anordnats på regionerna. Fler inspektörer har i och med detta lärt sig att uppmärksamma risker för belastningsskada på ett systematiskt sätt samt vävt in genusperspektivet i dialogen med arbetsgivare och skyddsombud.

En magisterstudent, Lena Saurell, har i sin magisteruppsats på Institutet för Miljömedicin i programmet för arbete och hälsa vid Karolinska Institutet utvärderat verktygen PTAI och Tilthermometer på några omsorgsboenden.



Arbetsmiljöverket har bidragit med att handleda uppsatsarbetet. Lenas konklusion var att metoderna är olika men kan komplettera varandra. Vid samverkan kring bedömningarna utifrån verktygen skapas en dialog kring riskerna och hur vårdarbetet kan förbättras.

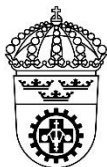
Konferenser och föreläsningar

En stor del av kunskapspridningen har varit föreläsningar om riskbedömningsmetoder för ergonomer inom företagshälsovården och liknande verksamhet, vilket har skett i hela landet i olika forum. Tack vare bl. a samverkan med de arbets- och miljömedicinska klinikerna har vi nått ut till ett stort antal yrkesverksamma ergonomer. Även CBF's utbildning i belastningsergonomiska riskbedömningsmetoder för ergonomer har bidragit till spridning av kunskaper om verktyg för riskbedömning. Ergonomerna är nu bekanta med riskbedömningsmetoderna och använder dem i sitt arbete men fortfarande behöver riskbedömningsmetoder för personförflyttningar utvecklas och spridas.

Vid tre olika tillfällen har presentationer om projekten Ergonomi i kvinnors arbetsmiljö och programmet Kvinnor Arbetsmiljö hållits på Nordiska Ergonomi Sällskapet (NES) årliga konferens. År 2012 i Stockholm presenterades utvärderingen av HARM av Minke Wersäll och Ruth Carlsson presenterade programmet generellt. År 2013 Reykjavik presenterade Kersti Lorén resultaten av EKA tillsynen med verktygen KIM och HARM. År 2014 i Köpenhamn presenterade Kersti Lorén tillsynsaktiviteten mot personförflyttningar och Minke Wersäll presenterade våra lärdomar och insikter från programmet sedan vi fick uppdraget år 2011. Vårt deltagande på konferenserna syftade till att nå ut till och skapa dialog med forskare och praktiker om betydelsen av att på ett systematiskt sätt förebygga belastningsskador men också vikten av att föra in ett genusperspektiv. Vi har märkt att projektet följs med stort intresse och forskning kring bedömningsverktyg har ökat.

På ett seminarium i Linköping om patientsäkerhet och arbetsmiljö anordnat av arbets- och miljömedicinska kliniken, Landstinget i Östergötland i samverkan med Arbetsmiljöverket presenterade Minke Wersäll "Arbetsmiljö som strategi för patientsäkerhet". Erfarenheter från programmet Kvinnor arbetsmiljö lyftes.

Hösten 2014 anordnades fyra konferenser "Organisera för ett hållbart arbetsliv" om hur belastningsproblem kan förebyggas och om strategier som bidrar till en



ökad effektivitet och kvalitet i verksamheten. Med ett genusmedvetet och systematiskt arbetsmiljöarbete förmedlade konferenserna nya sätt att arbeta med kända problem. Konferenserna vände sig till kommun- och förvaltningschefer, jämställdhets- och arbetsmiljöstrateger, beslutsfattare och politiskt förtroendevalda i kommuner, landsting och privat vård- och omsorgsverksamhet.

Genom de här insatserna med inspektioner, seminarier och konferenser har bara en bråkdel av företag och organisationer nåtts av ny kunskap och verktyg för att bedöma risker för belastningsskada. Därför är det motiverat att fortsätta inspektera och sprida kunskap.

Följeforskningens betydelse för ett genusperspektiv på ergonomi

Genom följeforskarnas delaktighet i projektet har diskussioner kring ergonomi utvecklats. Diskussionerna har alltmer fokuserat på vad genus har för betydelse och på vikten av att synliggöra olikheter på arbetsplatsen i det förebyggande arbetet. I arbetet med att förebygga belastningsskador har man traditionellt utgått från ett individperspektiv, från människans förutsättningar. Det är viktigt att ett genusperspektiv på ergonomi inte ger bilden av att det är kvinnan som är problemet. Ergonomi är hur man organiserar arbetet, om det finns resurser och förutsättningar i organisationen för att skapa ett hållbart arbete för individen. Därför måste ergonomiska förbättringar ha ett organisationsperspektiv och skapa förutsättningarna för både kvinnor och män att arbeta med en varierad belastning. I likhet med mansdominerade branscher måste man i kvinnodominerade verksamheter reflektera och ta diskussionen om vad som är acceptabelt till exempel om arbetstagarna kan arbeta med riskfyllda förflyttningar tills ett hjälpmedel finns på plats i hemmet. Könsuppdelad statistik bör tas fram för att synliggöra och jämföra var skillnader och likheter finns. Tekniska hjälpmedel och arbetsutrustning har betydelse för att underlätta arbetet. Dessa måste anpassas till den verksamhet som utförs och individers olika förutsättningar.

4. Utvärdering av planering och genomförande

Planeringen och genomförandet av EKA projekten om kunskapsinhämtning och -spridning samt metod- och kompetensutveckling har följt projektplanen. Samtidigt har på grund av en engagerad projektgrupp och dito deltagare många kreativa lösningar skapats som fört projektet flera steg framåt.



5. Diskussion och slutsatser

En övervägande del av alla inspektörer, 79 % av samtliga, har deltagit i någon av EKA:s tillsynsaktiviteterna 2012-2014 med något eller några av verktygen för bedömning av risker för belastningsskada. Verktyg för att bedöma risker för belastningsskada har använts för att förenkla och föra in ergonomin i det systematiska arbetsmiljöarbetet. Metoderna har blivit kända på arbetsplatser där vi har genomfört inspektioner och för ergonomer inom företagshälsovården. Särskilt verktyg som inspektörerna haft med sig vid sina besök, såsom KIM I och II samt HARM har man börjat använda, likaså Tilthermometer och PTAI. En slutsats är att det fortfarande finns ett stort behov av att utveckla tillämpliga metoder för att bedöma risker vid situationer vid personförflyttning.

Parallellt med inspektioner med fokus på riskbedömning trädde de reviderade föreskrifterna om belastningsergonomi (AFS 2012:2) i kraft. De innehåller en särskild paragraf om riskbedömning. Detta bidrog till att krav och fokus på riskbedömningen blev tydliga och koncisa. Där risken värderas utifrån frekvens, duration och intensitet. Här har budskapet nått fram och kunskapen finns och används. Centrum för belastningsskadeforskning (CBF) vid högskolan i Gävle har haft kurser för ergonomer i belastningsergonomisk riskbedömning som varit mycket uppskattade. Arbets- och miljömedicin i Uppsala har sammanställt en guide för olika verktyg för att bedöma risker för belastningsskador <http://www.ammuppsala.se/projekt/praktisk-guide-belastningsergonomisk-riskbedomning>. Sammantaget har detta bidragit till att verktygen blir mera kända och används i större utsträckning. Att använda verktyg vid riskbedömning ger en tydligare bild av vad som bidrar till risken och därmed blir åtgärderna mer anpassade och adekvata. Fortfarande finns ett behov av att sprida kunskap om MTO perspektiv i ett systematiskt arbetsmiljöarbete.

Budskap om genusperspektiv på ergonomi har nått ut men har inte lett till att den används i praktiskt ergonomiarbete av inspektörer, arbetsgivare, skyddsombud eller ergonomer fullt ut i alla lägen. Det behövs mer fokus på betydelsen av att ha ett genusperspektiv på ergonomiska förbättringar för att få hållbara förbättringar.

Vi har i och med projektet påbörjat en ny metod för att inhämta kunskaper och implementera den i verksamheten. Genombrottsmetoden har fungerat som en



bra process för att införa ny kunskap i praktiskt arbete. Den ger tillfällen till reflektion och möjlighet att formulera tydliga mål samt testa förändringar som man vill använda i sitt arbete. Det är viktigt att fortsätta använda genombrottsmetoden och på så sätt utveckla tillsynen. Här är ledningens stöd och engagemang av avgörande betydelse.

Datum: 2015-01-13

Datum: 2015-01-13

.....
Ruth Carlsson
Delprojektledare

.....
Minke Wersäll
Projektledare

Datum: 2015-01-13

.....
Boel Callermo
Projektägare



ARBETSMILJÖ
VERKET

Arbetsmiljöverket
112 79 Stockholm
Besöksadress Lindhagensgatan 133
Telefon 010-730 90 00
E-post: arbetsmiljoverket@av.se
www.av.se

Den här rapporten kan laddas ner från vår webbplats
www.av.se/publikationer/rapporter/

ISSN 1650-3171

Vår vision: Alla vill och kan skapa en bra arbetsmiljö