



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI

Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti vabi na spletni seminar

»Poklicne kostno-mišične bolezni«

Videokonferenčna platforma Zoom

Sreda, 25. september 2024, 12.00–15.30

Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti bo udeležencem naknadno posredovalo **potrdila o udeležbi po e-pošti**.

Skladno s Pravilnikom o stalnem strokovnem usposabljanju na področju varnosti in zdravja pri delu (Uradni list RS, št. 78/19 in 164/20) bo Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti **strokovnim delavcem za varnost pri delu priznalo 7 točk za udeležbo seminarju**.



Zdravo delovno okolje

Program spletnega seminarja »Poklicne kostno-mišične bolezni«

Videokonferenčna platforma Zoom
Sreda, 25. september 2024, 12.00–15.30

Moderatorka: doc. dr. Alenka ŠKERJANC, dr. med., spec. MDPŠ
UKC Ljubljana, Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa

12.00–12.10 **Uvodna pojasnila**
doc. dr. Alenka ŠKERJANC, dr. med., spec. MDPŠ
UKC Ljubljana, Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa

12.10–12.20 **Pozdravni govor**
mag. Nikolaj PETRIŠIČ, vodja Sektorja za varnost in zdravje pri delu
Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti

12.20–12.50 **Pravilnik o poklicnih boleznih in rezultati enoletnega dela**
prof. dr. Metoda DODIČ FIKFAK, dr. med., spec. MDPŠ, predstojnica
UKC Ljubljana, Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa

12.50–13.00 **Razprava**

13.00–13.30 **Poklicne kostno-mišične bolezni: prve izkušnje in predlogi iz področja medicine dela**
doc. dr. Alenka ŠKERJANC, dr. med., spec. MDPŠ
UKC Ljubljana, Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa

13.30–13.40 **Razprava**

13.40–13.50 **Aktivni odmor na delovnem mestu: usmerjene vaje za vzdrževanje zdravja in delazmožnosti**
Miha ROJC, mag. kineziologije in trener
ZAP FITCORP / Medicina dela, prometa in športa

13.50–14.30	<p>Kostno-mišična obolenja in pomen ocenjevanja tveganja</p> <p><i>mag. Nikolaj PETRIŠIČ, vodja Sektorja za varnost in zdravje pri delu</i> <i>Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti</i> <i>Slavko KRIŠTOFELC, sekretar</i> <i>Inšpektorat Republike Slovenije za delo</i></p>
14.30–14.40	<p>Razprava</p>
14.40–15.00	<p>Primer dobre prakse: Pro-Akt – Aktivno na poti do zdravja</p> <p><i>mag. Barbara ŽGAJNER, direktorica</i> <i>Simona ROZMAN, ambasadorica zdravja in promotorka Pro-Akt programa</i> <i>Center za pomoč na domu Maribor</i></p>
15.00–15.10	<p>Predstavitveni film programa Pro-Akt – Aktivno na poti do zdravja</p> <p><i>Filmska produkcijska hiša Sever & Sever</i></p>
15.10–15.20	<p>Razprava</p>
15.20–15.30	<p>Zaključki</p> <p><i>doc. dr. Alenka ŠKERJANC, dr. med., spec. MDPŠ</i> <i>UKC Ljubljana, Klinični inštitut za medicino dela, prometa in športa</i></p>



Vir: Freepik (<https://www.freepik.com/>)

Po Zakonu o varnosti in zdravju pri delu (Uradni list RS, št. 43/11) je delodajalec dolžan pri načrtovanju delovnega okolja, delovnih prostorov, delovnih in tehnoloških postopkov, uporabe delovne in osebne varovalne opreme in uporabe nevarnih kemičnih snovi zagotoviti, da so bili upoštevani vsi vplivi na varno in zdravo delo delavcev ter da so okolje, postopki, prostori, oprema in snovi primerni in v skladu z namenom uporabe. Poleg tega **mora delodajalec pri načrtovanju dela upoštevati duševne in telesne zmožnosti delavcev ter zmanjševati tveganja zaradi delovnih obremenitev**, ki lahko vplivajo na varnost in zdravje delavcev pri delu.

Kronična kostno-mišična obolenja¹ imajo lahko različne stopnje vpliva na posameznika, od blagega nelagodja do neznosne bolečine. Čeprav bolečine niso vedno hude, so pogosto vztrajne, nadležne in obremenjujoče. Njihova intenzivnost se lahko spreminja, pogosto nepredvidljivo. Bolečina lahko otežuje ponavljajoče se gibe in pogosto povzroča togost, zato lahko bolniki potrebujejo po mirovanju nekaj časa, da se začnejo gibati. Spanje je lahko moteno, zaradi česar je bolečino težje prezreti. Ljudje lahko postanejo utrujeni in celo izčrpani, zlasti tisti z vnetno boleznijo ali tisti, katerih spanje je moteno. Osebe s kronično boleznijo pogosto skrbi prihodnost; skrbi jih, ali se bodo njihove omejitve povečale, ali bodo izgubili službo. Za nekatera stanja so značilni zagoni, zato imajo oboleli dobre in slabe dni. Če delodajalec ni naklonjen, lahko pride do prezentizma, pri čemer delavec še naprej vztraja v neugodnih razmerah po najboljših močeh, saj se boji, da bo izgubil službo. Postaja manj produktiven. Okoliščine na delovnem mestu pa povečujejo raven njegovega stresa in poslabšujejo njegovo stanje.²

Pri priznavanju poklicne bolezni je potreben obstoj vzročne zveze med daljšim neposrednim vplivom delovnih pogojev ali delovnega procesa na določenem delovnem mestu ali na delu, ki spada v neposredni okvir dejavnosti, na podlagi katere delavec je ali je bil zavarovan v skladu s predpisi, ki urejajo obvezno zdravstveno zavarovanje ter pokojninsko in invalidsko zavarovanje.

Na seminarju bodo predstavljene izkušnje specialistov medicine dela, prometa in športa na področju ugotavljanja in potrjevanja obstoja poklicnih kostno-mišičnih bolezni. Poleg pomena ocenjevanja tveganja bo predstavljen tudi program Pro-Akt, za katerega je Center za pomoč na domu Maribor prejel nacionalno priznanje »Dobra praksa na področju varnosti in zdravja pri delu 2020-22«.

**Spletni seminar predstavlja nadaljevanje evropske kampanje
Zdravo delovno okolje 2020-22: Naredimo breme lažje za zdrava delovna mesta**



Seminar sofinancira:



¹ Kostno-mišična obolenja so podrobneje opisana v priročniku, ki ga lahko brezplačno prenesete s portala Varnost in zdravje pri delu: <https://vzd.mddsz.gov.si/document-download/kostno-misicna-obolenja-v-zvezi-z-delom-2023-07-20-582>

² Povzeto po EU-OSHA, *Working with chronic musculoskeletal disorders* (Delo s kroničnimi kostno-mišičnimi obolenji), 2020. Na voljo na: https://osha.europa.eu/sites/default/files/Summary_Chronic_MSDs.pdf