

A PSZICHOSZOCIÁLIS MUNKAHELYI KOCKÁZATOK HATÁSA A VÁZIZOMRA

Tauszik Katalin

NNK Munkahigiénés és Foglalkozás-egészségügy Főosztály

Foglalkozás-egészségügyi Fórum

Budapest, 2020. február 5.

A fájdalom



Fájdalominger és fájdalomélmény



A fájdalom bio-pszicho-szociális modellje

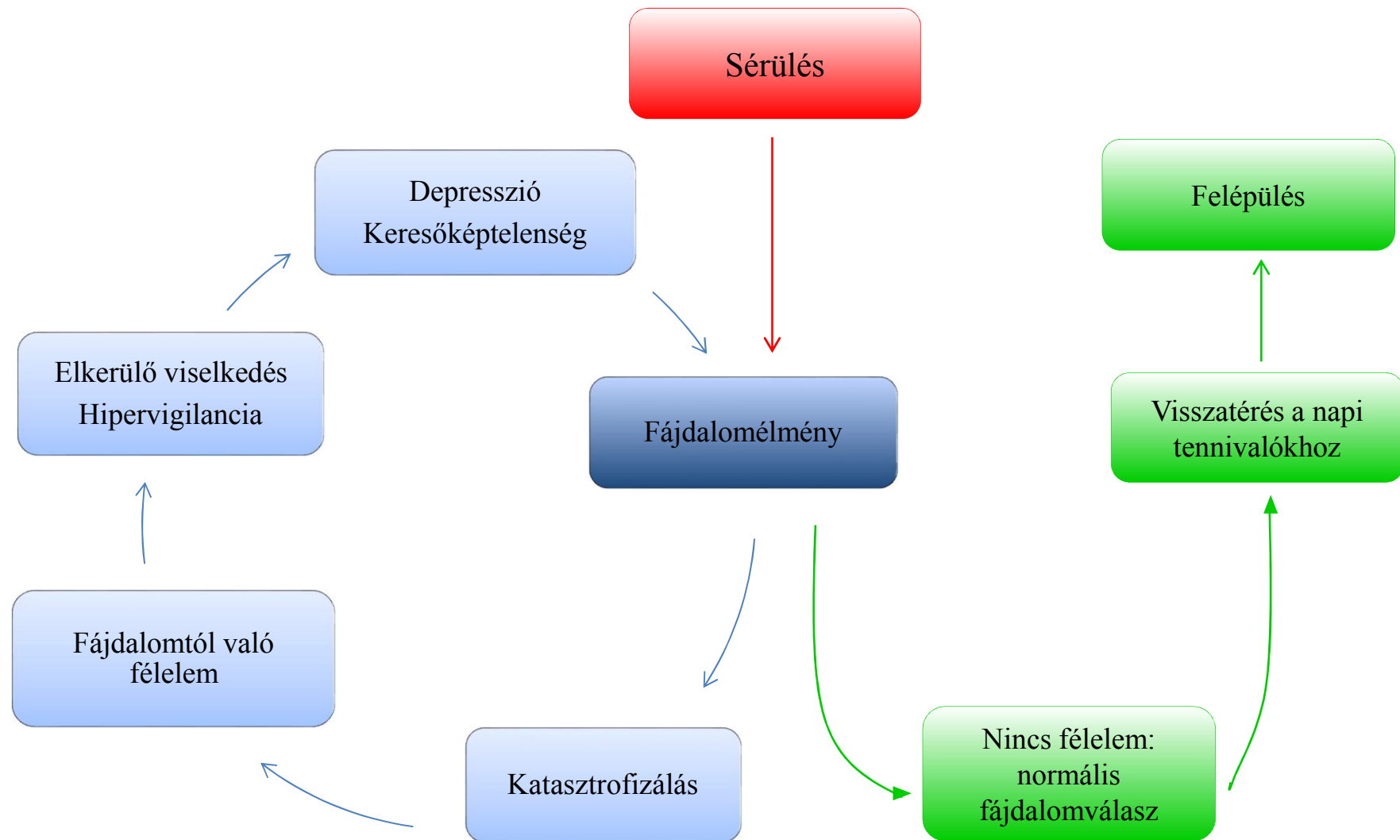


Filligim (2005) alapján

Katasztrofizálás

Katasztrofizálásra való hajlam: egyfajta eltúlzott, negatív mentális beállítódás, mely az anticipált vagy valós fájdalomélményt kísérve aktiválódik. A katasztrofizálásra való hajlam fokozott szorongással párosul, mely fokozott fájdalomérzékenységet eredményez.

A félelem elkerülés modellje



Vlaeyen és Linton (2000) alapján

Félelem, elkerülő magatartás és fájdalom miatti funkcióvesztés

A mozgás kerülése és a fizikai aktivitástól való félelem negatív következményekkel járhat (Simoncsics és Stauder, 2017):

- romlik a fizikai terhelhetőség
- csökken a szellemi frissesség
- erősödik a betegszerep
- a családi kapcsolatok minősége romlik
- a gyógyszereszedéstől való függőség alakulhat ki
- fokozódik az egészségügyi szolgáltatások igénybevétele
- romlik a rehabilitálhatóság

Félelem és Elkerülés Hiedelmek Kérdőív (FABQ)

Két skála (összesen 16 tétel):

- **Fizikai aktivitással kapcsolatos kérdések**

Pl.:

„A fájdalmamat a fizikai aktivitás fokozza.”

„Nem szabad olyan fizikai aktivitást végeznem, ami a fájdalmamat fokozhatja.”

- **Munkával kapcsolatos kérdések**

Pl.:

„A munkám fokozza, illetve fokozhatja a fájdalmamat.”

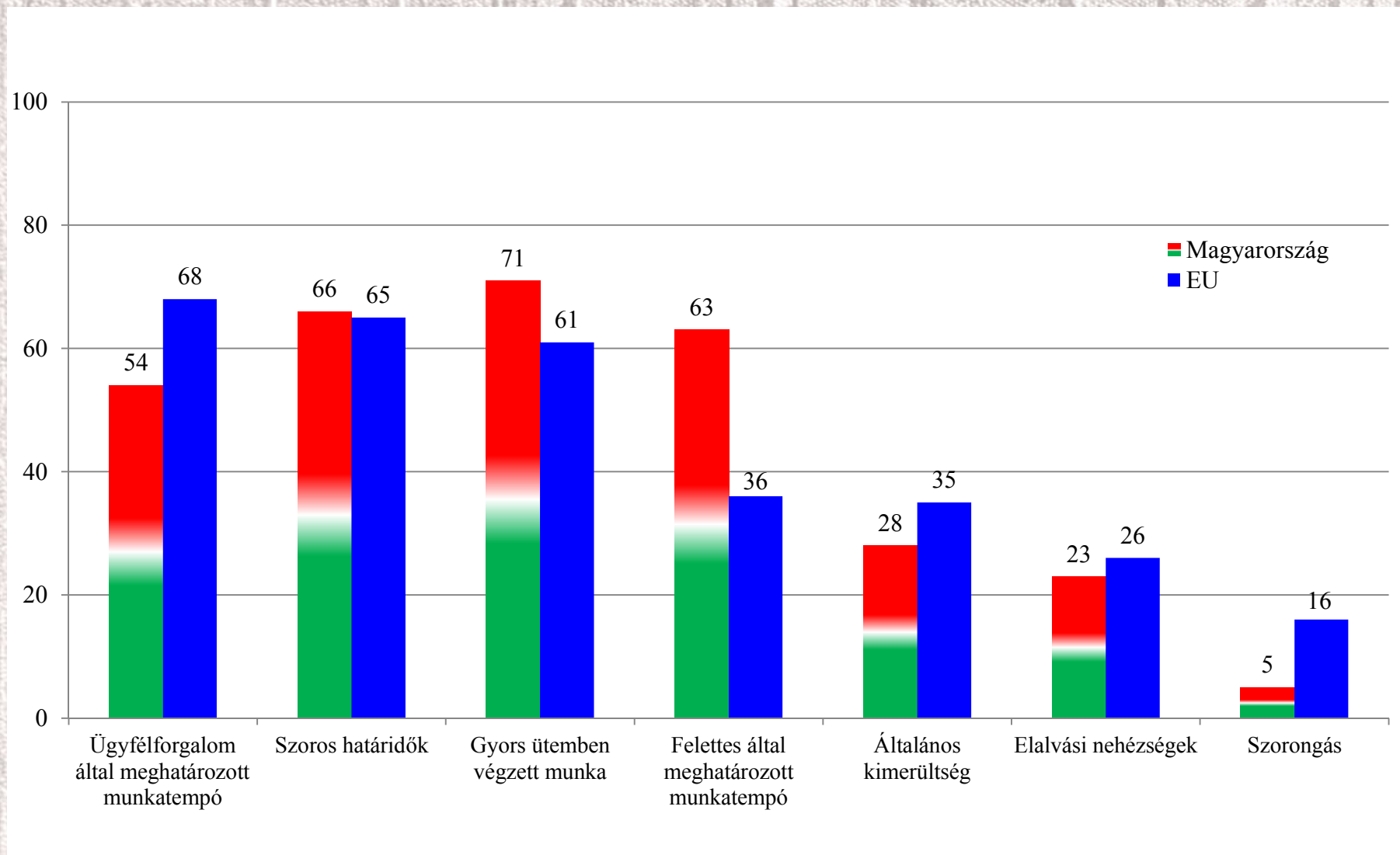
„Nem tudom a mindennapi munkámat a jelenlegi fájdalmammal elvégezni.”

A FABQ-összpontszám szignifikáns együtt mozgást mutat a fájdalomkatasztrofizálással (Simoncsics és Stauder, 2017).

Stressz és mozgásszervi panaszok



EU-OSHA felmérés



Kutatási eredmények

Vannak arra utaló vizsgálati eredmények, hogy a munkahelyi fizikai (ergonómiai) és pszichoszociális kockázati tényezőknek való magas fokú kitettség együtt jár a derék, hát, nyak, váll, könyök/alkar, csukló/kéz panaszok megjelenésével.

A kép azonban nem teljesen tiszta...

Kutatási eredmények: pszichoszociális tényezők és derékfájdalom

	Tanulmányok száma	Kiemelkedő minőségű vizsgálatok	Kevésbé megbízható vizsgálatok
Észlelt munkakörnyezet Pl.: munkával való elégedettség, munka iránti lelkesedés, munka élvezete, munkával kapcsolatos érzelmek	10 db	4 db 1 esetben mérsékelt pozitív kapcsolat	6 db 1 esetben erős pozitív kapcsolat
Munkaszervezés Pl.: munkaviszony biztonsága, időnyomás, minőségi/mennyiségi elvárások, előrelépési lehetőségek, ellentmondó elvárások, kontroll, monotonia	9 db	3 db 1 esetben pozitív kapcsolat	6 db 1 esetben pozitív kapcsolat 2 esetben pozitív kapcsolat, csak bizonyos csoportok esetében
Társas támogatás Pl.: társas támogatás munkatárs, illetve vezető részéről, munkahelyi kapcsolatok, megbecsülés	11 db	3 db nincs szignifikáns pozitív kapcsolat	8 db 2 esetben pozitív kapcsolat
Munkahelyi stressz Pl.: igénybevétel, szellemi erőfeszítés	5 db	2 db 1 esetben erős pozitív kapcsolat	3 db nincs szignifikáns pozitív kapcsolat

Hartvigsen és mtsai. (2004) alapján

Kutatási eredmények: pszichoszociális tényezők és mozgásszervi panaszok

	Derékfájdalom	Nyak és váll fájdalma
Tanulmányok száma (review/eredeti)	7/106	6/79
	Tanulmányok száma/eredményt hozó tanulmányok száma	
Követelmények: túl magas	6/4	6/4
Követelmények: túl alacsony	6/2	3/2
Kontroll hiánya	5/1	6/1
Társas támogatás hiánya	7/4	6/0
Munkával való elégedetlenség	6/4	6/0

Macfarlane és mtsai. (2009) alapján

Kutatási eredmények: összegzés

„A pszichoszociális munkahelyi kockázatok hatása a vázizomra”

- Ellentmondó eredmények
- Egyet nem értés a következtetéseket illetően
- Módszertani problémák



Köszönöm a figyelmet!

