

# Ризик втрати здоров'я працівників

## Чи є шанс вчасно попередити небезпеку

### **Сергій Чеберячко,**

професор кафедри охорони праці і цивільної безпеки НТУ «Дніпровська політехніка», доктор технічних наук



### Тези

- 1. Чому важливо оцінювати ризики втрати здоров'я та чим вони відрізняються від професійних ризиків**
- 2. Як саме визначити потенційну небезпеку: показуємо на прикладі аналізу літературного героя**
- 3. Способи управління ризиками: 4 кроки для розвитку оздоровчих програм**

На сторінках нашого журналу приділяється чимало уваги розробці й упровадженню процесу керування професійними ризиками в системах управління безпекою праці та здоров'я. Багато прикладів, рекомендацій, підказок, готових рішень. Пропонуються дієві алгоритми з оцінювання ризиків та обґрунтування запобіжних заходів, форми чек-листів, матеріали для звітності. Все зроблено для того, щоб ви мали змогу швидко запровадити це на своєму підприємстві з урахуванням специфіки конкретних виробничих умов. А в разі виникнення певних сумнівів, непорозумінь тощо існує можливість звернутися до фахівців, які завжди готові вислухати проблему й допомогти знайти відповіді.

Та все ж таки існує одна тема, якій чомусь приділяється мало уваги з боку спеціалістів. Можливо, через відсутність запиту, а можливо, через складність її розуміння. Йдеться про **керування ризиками втрати здоров'я працівників**. Хочу відразу відповісти скептикам, які вважають, що ця тема безперспективна: на жаль або на радість, це наше з вами майбутнє. Хочете ви цього чи ні, а керувати ризиками, зокрема і втратами здоров'я працівників, доведеться.

Звісно, приймаються й заперечення щодо значних витрат, пов'язаних із керуванням вказаними ризиками. Дійсно, сфера здоров'я потребує відповідного грошового забезпечення, а результат часто є непередбачуваним та залежить від індивідуальних складових співробітників (усвідомлення, світогляду, рівня здоров'я, умов проживання, соціального забезпечення тощо).

І все ж таки **процес керування ризиками втрати здоров'я потрібно починати запроваджувати**. Можливо, не відразу, поступово, невеликими кроками.

Чим же він відрізняється від уже наявного — керування професійними ризиками? В ньому також розглядається причинно-наслідковий зв'язок між небезпекою та проявом професійного захворювання. Однак у тому й справа, що розглядається лише вплив виявлених професійних небезпек на ступінь втрати здоров'я. А якщо сказати більш відверто, то, на жаль, **процес керування професійними ризиками насамперед спрямовано на зменшення травматизму, а вже потім на профілактику професійних захворювань**. Одержана травма на виробництві потребує негайного реагування, а втрату здоров'я ще потрібно пов'язати зі шкідливими умовами праці.

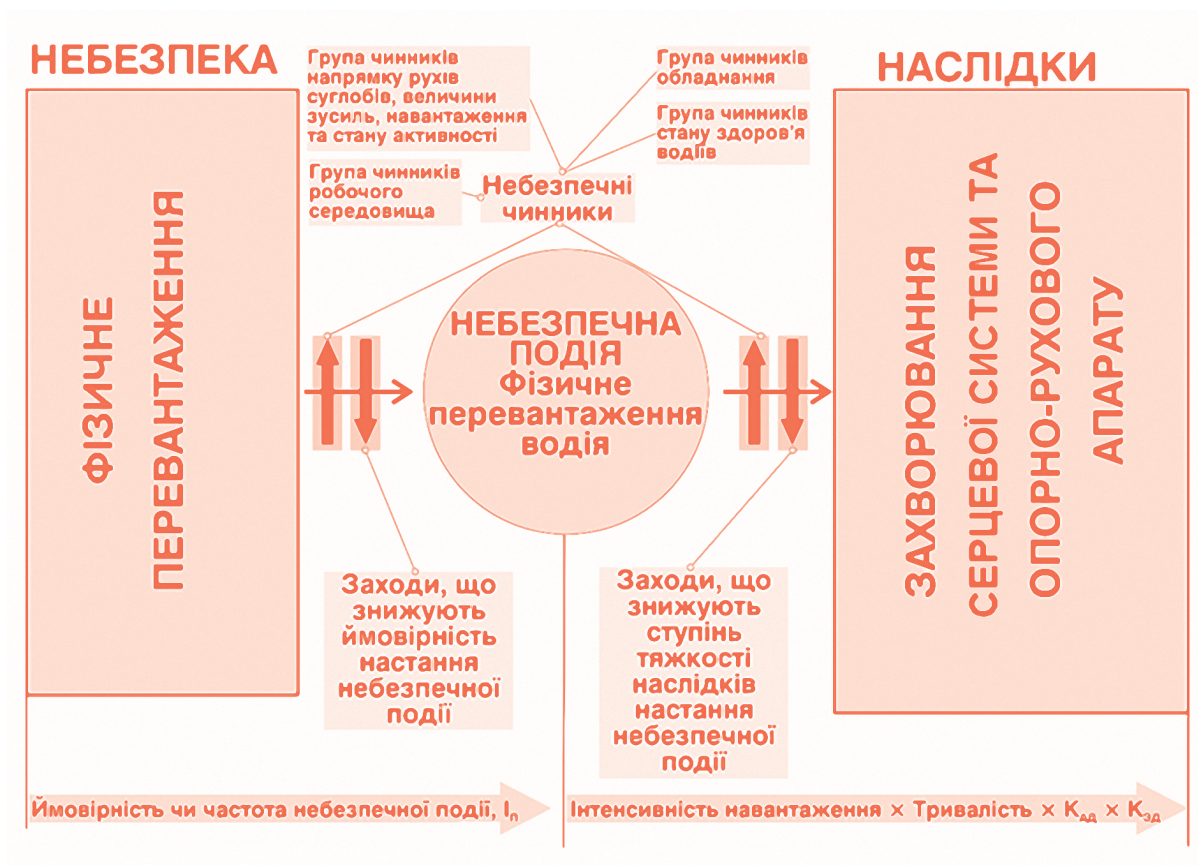
А якщо працівник отримав захворювання деінде, взагалі виникає питання: чому організації потрібно виплачувати за це кошти? **Це і є ключовою проблемою**: оцінюючи лише виробничі небезпеки та їхній вплив, ми завжди будемо стикатися з потребою пояснення (доведення), що хвороба працівника — це його вина. Розумію, наскільки для декого ці слова виглядають наївними. Бо ж нібито захворювання — це турбота самого працівника. Це йому потрібно доводити, звертатися до МСЕК, проходити обстеження, збирати папірці. Проте все не так просто. Насамперед це час. Хтось скаже: «То нехай працює, доводить. У нас-то все гарно, фахівець із безпеки постійно проводить роботу, роз'яснення, навчання. Виділяються кошти на створення відповідних умов. Систематично відбуваються перевірки, моніторинг. Тож про що може бути мова?».

Справа в тому, що це також і **втрата іміджу та замовників, зірвані контракти, збільшення прогулів, нестача людей**, банальні помилки зі значними наслідками, відсутність бажання результативно працювати, пошук нових співробітників, їхнє навчання — а це вже не пусті слова, чи не так? *Наприклад*, додаткові фінансові збитки, зменшення прибутку, втрата контракту (клієнтів) — це все вас не стосується? «Втрачали, прогулювали, помилялися — нічого страшного»? Можливо. Тому що відсутня серйозна

конкуренція й боротьба за ресурс. Однак це не надовго. Часи змінюються, ресурсів меншає, боротьба посилюється! Виживе той, хто зможе передбачити майбутні виклики.

«Звісно, мені болить за втрачене здоров'я, за те, що швидко минають молоді роки й формується величезна папка з діагнозами, які роблять лікарню другим домом». Чи можливо уникнути описаного сценарію? Так, у деяких випадках ми нерозумні, десь порушуємо правила, десь дозволяємо собі зайвого, але в цьому випадку **наш здоровий глузд і бажання зменшити фінансові втрати — це союзники**, які дозволять усім «виграти»: вам, шановні керівники та власники організацій, не втратити кошти, а нам, вашим працівникам, принаймні забезпечити здорові роки життя.

**Основною відмінністю керування ризиком втрати здоров'я працівника від професійної небезпеки (загрози) є** визначення небезпечної події, яка, зі свого боку, потребує аналізу всіх зовнішніх небезпечних чинників, що призводять до розвитку професійних захворювань. Візьмемо, *наприклад*, **професійну небезпеку** — фізичне перевантаження, яке притаманне професії гірника. Зазначена небезпека призведе до **небезпечної події** — фізичного виснаження. **Його наслідком може бути** захворювання серцево-судинної системи, опорно-рухового апарату (див. *рисунок 1*).



**Рис. 1. Модель професійного ризику гірника з урахуванням груп небезпечних чинників**

Звідси виникає необхідність у дослідженні **небезпечних чинників, які збільшують імовірність настання небезпечної події. До них належать такі:**

- робоча поза під час виконання виробничого завдання;
- робоче середовище;
- обладнання та інфраструктура;
- індивідуальне здоров'я.

Отже, під час оцінювання професійного ризику одним із чинників викремлюється індивідуальне здоров'я, яке визначається здебільшого через біологічний вік і якщо й буде відповідно оцінене, то призведе до розробки рекомендацій на кшталт збільшення перерви в роботі, посилення моніторингу за станом здоров'я тощо.

А тепер погляньмо на **модель втрати здоров'я гірника.** Найбільш поширеними захворюваннями, які призводять до смерті, втрати працездатності, набуття інвалідності, є хвороби системи кровообігу, з-поміж яких найчастіше трапляється **ішемічна хвороба серця.** Небезпекою в цьому випадку є порушення артеріального кровообігу через закупорювання кровоносних судин, а наслідками — смерть, інвалідність, втрата працездатності (див. *рисунок 2*).

### Небезпечні чинники, які збільшують ймовірність і тяжкість наслідків протікання захворювання серця



### Чинники, які зменшують ймовірність захворювання серця

Рис. 2. Модель професійного ризику гірника

**До груп небезпечних чинників, які збільшують імовірність настання небезпечної події, зараховують:**

- нездоровий спосіб життя;
- невідповідні умови праці;
- недостатнє соціальне забезпечення;
- незадовільний рівень медичного обслуговування;
- відсутність програм із профілактики серцевих захворювань.

### ■ Від теорії до практики: оцінка ризику втрати здоров'я літературного героя Еркюля Пуаро

Першим кроком до розуміння необхідності створення системи управління здоров'ям в організаціях є **оцінювання ризику втрати здоров'я**, яке викликане як професійною діяльністю, так і обраним способом життя.

Візьмемо для прикладу добре відомого літературного героя популярної англійської письменниці Агати Крісті — **детектива Еркюля Пуаро**. Він є основним героєм у 33 романах, 2 п'єсах та 51 оповіданні, які були написані в період із 1920 по 1975 роки. Саме така кількість творів дозволяє прослідкувати за способом життя героя, дослідити його звички, страхи, проблеми, розвиток і протікання здоров'я. **Усе це є хорошою основою для оцінки ризику втрати здоров'я, виходячи з особливостей професійної діяльності й особистих якостей пана Пуаро.**

Із перших його описів стає відомо, що він мав невисокий зріст, шкутильгав через поранення на війні, мав «котячі» очі зеленого кольору. Герой був дуже педантичний, що доходило до хворобливого прагнення оточити себе порядком. Його одяг завжди був чистий, на ньому не було ні єдиної порошокинки. До речі, ця майже маніакальна пристрасть до порядку допомагала йому і в розкритті злочинів, однак під час здійснення оцінки вказує нам на недеякі психологічні розлади, які в подальшому можуть сприяти зменшенню рівня здоров'я. Письменниця також наділяє Пуаро деякими слабкостями: «слабким животом», що не дозволяє йому подорожувати літаком, і морською хворобою.

Агата Крісті «вбила» свого героя в останньому романі під назвою «Завіса: Остання справа Еркюля Пуаро» від серцевого нападу, оскільки, за її баченням, **він страждав на ішемічну хворобу серця**, і під кінець життя мав доволі значні ускладнення. А ось **що саме призвело до зношення серцевого м'яза, доволі цікаво дослідити на сторінках зазначених романів через оцінювання ризику втрати здоров'я на основі моделі «Краватка-метелик»**. Саме за допомогою цієї моделі доволі просто встановити причинно-наслідковий зв'язок між небезпекою, яка виражена у зменшенні кровотоку в серцевих судинах, і небезпечною подією — розвитком ішемічної хвороби серця з урахуванням впливу різних небезпечних чинників, як-от невідповідний спосіб життя, професійні особливості роботи (незадовільні умови праці) та відсутність адекватного медичного обслуговування (див. *рисунок 2*).

Проведений аналіз дозволить зрозуміти, **які саме доступні нам запобіжні чинники допоможуть уникнути наслідків цієї хвороби** — серцевого нападу, що в разі відсутності адекватної своєчасної допомоги призводить до смерті людини. За основу оцінювання ризиків візьмемо відомий підхід, запропонований професором Цопою В. А. у статті «Ризики та чинники», де розроблена відповідна **п'ятибальна шкала з оцінювання небезпечних чинників**.

У таблиці наведені зібрані дані з різних творів Агати Крісті щодо небезпечних чинників, які впливали на розвиток хвороби, а також ті можливості, які допомагали Еркюлю Пуаро підтримувати свій рівень здоров'я на деякому прийнятному рівні. До речі, рівень прийнятності ризику — це ще одне цікаве дослідження, яке потребує виявлення рівня усвідомлення людиною цінності власного життя.

Таблиця. **Аналіз впливу небезпечних чинників, які призвели до розвитку ішемічної хвороби серця в Еркюля Пуаро**

№ з/п	Небезпечні чинники	Опис	Наслідки	Вплив на рівень ризику
1	2	3	4	5
1	Спосіб життя	Основна риса Пуаро — надзвичайна вибагливість. Він одержимий «порядком і методом», чи то його ретельний підхід до розкриття злочину. В нього прискіпливий характер. Веде малорухливий спосіб життя, зловживає тютюнопалінням, застосовує дієту зі значною кількістю холестерину	Збільшення кількості холестерину в судинах та розвиток цукрового діабету	Високий
2	Фізичне здоров'я	Зазначається, що в останні роки життя він мав слабе серце (1) <sup>1</sup> , в нього фіксувалися серцеві напади. Його лікар, доктор Франклін, говорив, що «здоров'я Пуаро погане» і що «його серце може зупинитися будь-якої миті»	Розвиток артеріальної гіпертензії, високий рівень холестерину	Високий
3	Рухова активність	Малорухливий спосіб життя, шкутильгання. Пуаро зізнається, що був поранений, коли вперше приїхав до Англії (1)	Атрофічні зміни у м'язах, зниження сили та витривалості	Високий

<sup>1</sup> (1) — «Завіса: Остання справа Еркюля Пуаро» (1975).

(2) — «Убивства за абеткою» (1936).

(3) — «Вбивство у Східному експресі» (1934).

(4) — «Смерть на Нілі» (1937).

(5) — «Німий свідок» (1937).

1	2	3	4	5
4	Харчування	Харчувався тричі на день (2). Полюбляв стейк, яєчню, омлети, варені яйця, бекон, тістечка, рагу з індички, каву, підсмажені тости	Збільшення рівня холестерину, що призводить до розвитку тромбозу, гіпертонії	Високий
5	Шкідливі звички	Тютюнопаління	Хвороби дихальних шляхів, астма, призводить до інфаркту, інсульту	Високий
6	Психічне здоров'я	Описано (1), що Пуаро дуже переймався за стан свого здоров'я, боявся протягів, промокання ніг, постійно укутувався, контролював температуру тіла, переймався при найменшій підозрі на застуду. Можна припустити, що Пуаро страждає на obsесивно-компульсивний розлад (3, 4) як наслідок війни, в якій він брав участь і навіть отримав поранення	Переживання стресу призводить до хронічної втоми, метаболічних розладів, гіпертонії, інфаркту, інсульту	Високий
7	Соціальне здоров'я	Оточуючі регулярно сприймають Пуаро як «іншого». Часто це пояснюють тим, що він бельгієць. Інші персонажі звертають увагу на його «дивну» поведінку. Він також описаний як «безсумнівний екзотик» (5)		
8	Умови праці	Інтелектуальна діяльність, постійна зосередженість на деталях, напруження, страх за життя		
9	Медичне обслуговування	Для підтримки серцевої діяльності приймав ліки «Амілнітрит», які потрібно вдихати перед серцевим нападом	Дозволяє знати симптоми захворювання	Середній
10	Захворювання	Страждає на морську хворобу, захищується при перельотах на літаку	—	Середній

Дослідження способу життя та стану здоров'я одного з найвидатніших детективів Еркуля Пуаро дозволяє з'ясувати **інформацію щодо еволюції знань про серцево-судинні захворювання в минулому столітті**. Відповідно до інформації, знайденої в цих романах, Пуаро мав кілька факторів ризику серцево-судинних захворювань, про що свідчать призначені йому ліки. На жаль, знання небезпечних чинників, які призводять до серцевого нападу, сто років тому і зараз значно відрізняються. І те, що в минулому не вважалося обтяжливим чинником, нині має безпосередній вплив на складність протікання цієї хвороби. *Наприклад*, вживання жирної їжі, тютюнопаління, малорухливий спосіб життя — **усе, що зараз є очевидними небезпечними чинниками, раніше не мало належної уваги**.

Як бачимо, **ризик втрати здоров'я працівником призводить до значного розширення кількості небезпечних чинників**, що потребують відповідного реагування. Звісно, деякі з них не залежать безпосередньо від керівників (власників) організації чи підприємства, але більшість, виходячи з розумного підходу, піддаються корегуванню через **заохочення працівників підтримувати здоровий спосіб життя**.

**Прикладів такого розумного підходу серед світових компаній безліч**. Так, компанія NIKE пропонує своїм співробітникам для підтримки здоров'я 20 різних безкоштовних профілактичних програм: від підвищення стресостійкості до підтримки фізичного тону через фітнес, спорт та медитацію. При цьому співробітників заохочують різними способами: від запровадження грошової надбавки до надання знижок для отримання фінансового кредиту.

Компанія 3M пропонує широкий спектр високоякісних та інноваційних медичних послуг для своїх співробітників завдяки запровадженню програми управління здоров'ям 3M Healthy Living. На всіх рівнях управління компанією підтримується активний спосіб життя, який є ключем до зниження фінансових витрат. Програма пропонує стимули для заохочення здорового способу життя. У ній передбачена безкоштовна щорічна діагностики стану здоров'я, а разом із розробкою індивідуального підходу — і його покращення.

Співробітникам компанії General Electric пропонується безліч способів для покращення фізичного здоров'я. Керівництво компанії постійно фінансує програму Health Ahead, у якій передбачено створення невеликих спортзалів у кожному офісі, щоб вільний час співробітники проводили не за палінням цигарок, а з користю для здоров'я.

У компанії Accenture розроблені заохочувальні програми залучення працівників до різних спортивних клубів (волейбол, баскетбол, футбол тощо). А компанія Google створює під час перерв можливості для проведення спортивних ігрових змагань, а також забезпечує отримання знижок для покупки продуктів здорового харчування. Цей список компаній можна продовжувати.

Надихає те, що **багато керівників розуміють важливість управління здоров'ям працівників** і намагаються діяти в цьому напрямку, підтримуючи їх та мотивуючи.

Підбиваючи підсумки проведеного аналізу, можна зробити висновок щодо **перших кроків для розвитку оздоровчих програм:**

→ **Крок 1**

**Необхідно оцінити потреби працівників.** Ніколи не буде ефективною програма, яка не цікава для співробітників, не вписується в їхній світогляд і не перебуває в колі їхніх інтересів.

→ **Крок 2**

**Потрібно визначити адекватну досяжну ціль.** Усе починається з мети, яку важливо сформулювати, виходячи із загального контексту організації з урахуванням власних можливостей.

→ **Крок 3**

**Слід забезпечити підвищення обізнаності працівників.** Зробити це можна через створення смарт-програм, які будуть враховувати потреби працівників щодо їхнього розвитку.

→ **Крок 4**

**Варто створити відповідну культуру здорового способу життя.** Саме вона гармонійно підкреслить загальну організаційну культуру взаємовідношення між колегами.