



Forebyggingspotensialet - Arbeidsrelaterte muskel- og skjelettplager

Therese N. Hanvold
Forsker & Fysioterapeut

NOA
Avd. for Nasjonal overvåking
av arbeidsmiljø og -helse

STAMI
STATENS
ARBEIDSMILJØINSTITUTT

Muskel- og skjelettplager blant yrkesaktive

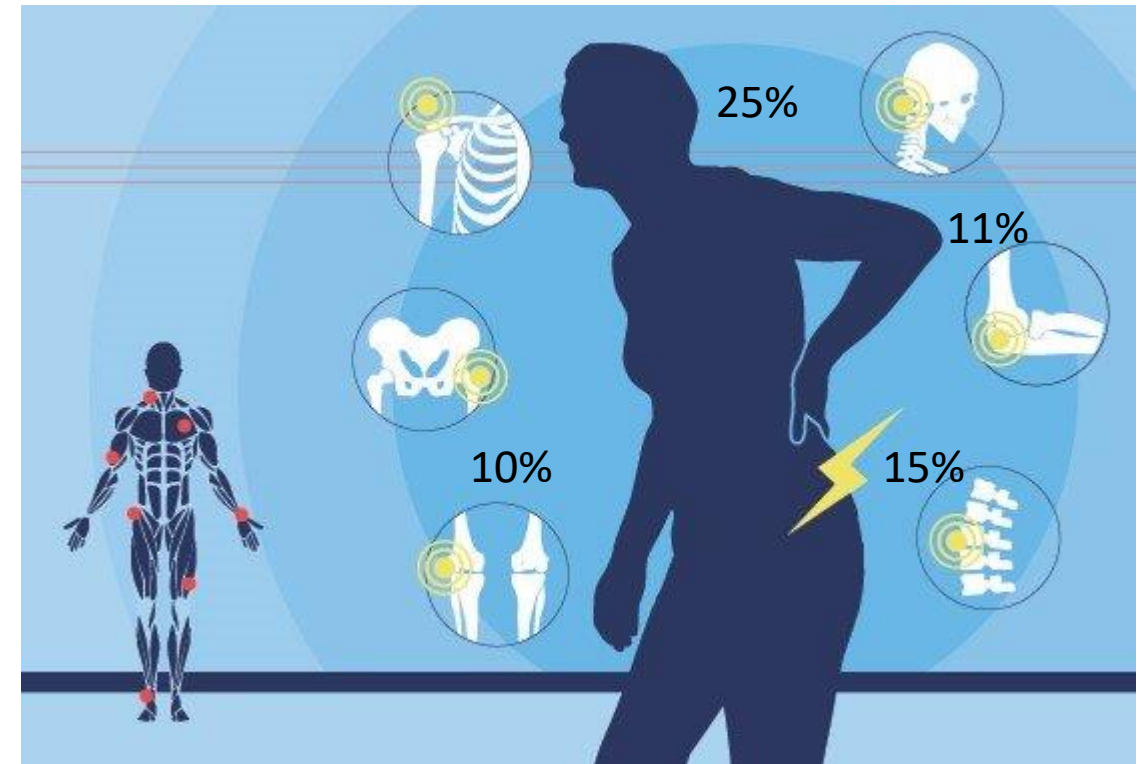
Utbredt:

7 av 10 yrkesaktive rapportere muskel- og skjelettplager i løpet av en måned.

Arbeidsrelasjon:

30 % er alvorlig plaget.

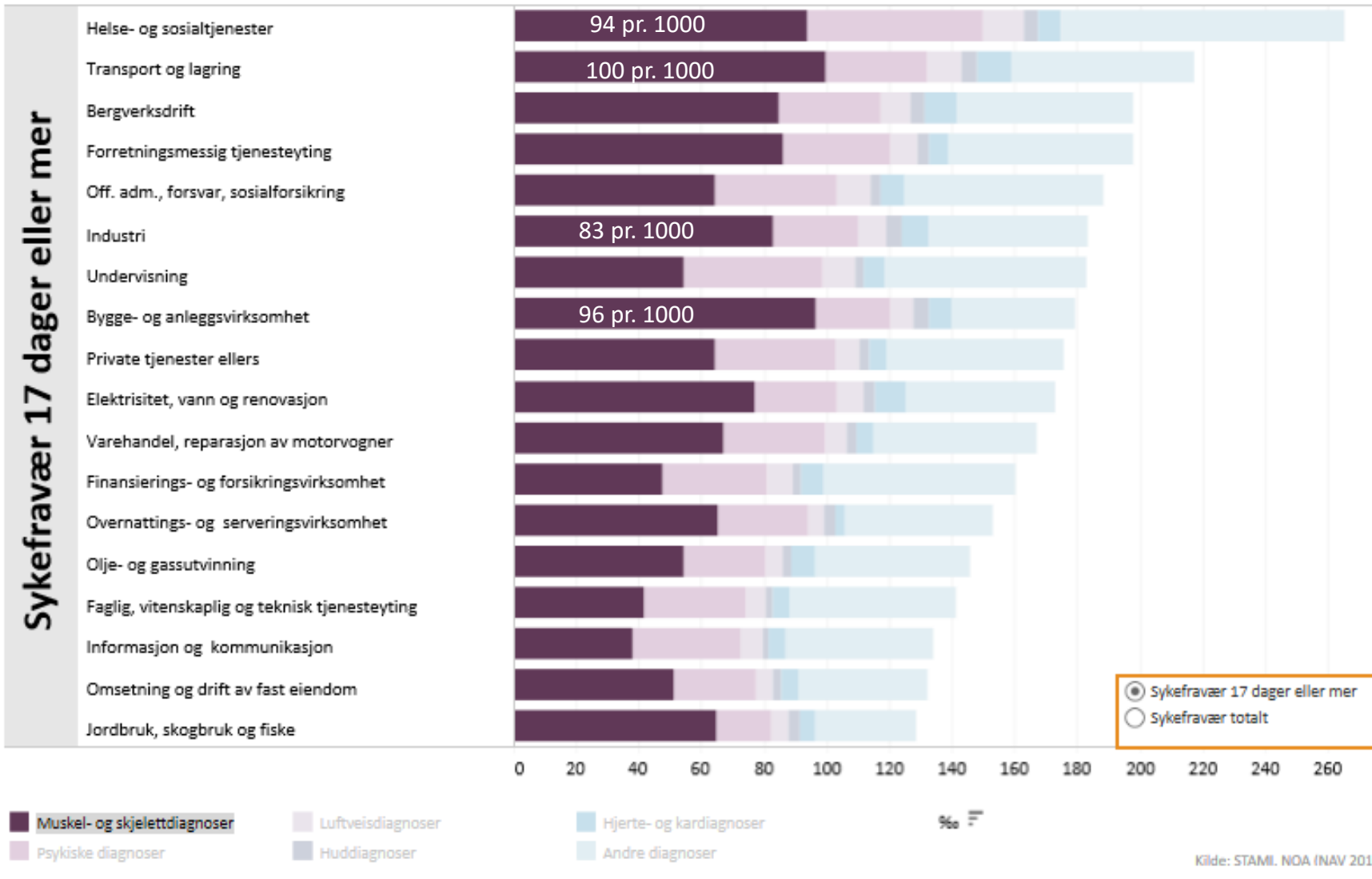
Halvparten av dem oppgir at plagene helt eller delvis skyldes forhold på jobben.



Kilde: STAMI, NOA (SSB, LKU-A 2016)

Illustrasjon. FHI

Utsatte næringer



Nakke- og skulder smerter

Risikofaktorer i arbeidsmiljøet:

- Høye arbeidskrav
- Lav selvbestemmelse
- Lite støttende ledelse
- Rollekonflikter
- Hode bøyd framover
- Hender over skulderhøyde
- Ubekvemme løft

Kilde: Faktaboka 2018, NOA, STAMI

Forebyggingspotensial:

1 av 4 tilfeller

med moderate til alvorlige nakke- og
skuldersmerter

Forebyggingspotensial:

1 av 3 tilfeller

med moderate til alvorlige
korsryggplager

Ryggplager

Risikofaktorer i arbeidsmiljøet:

- ✓ Stående arbeid
- ✓ Arbeid på huk/knær
- ✓ Ubekvemme løft
- ✓ Lav jobbkontroll
- ✓ Høye arbeidskrav
- ✓ Rollekonflikt

Kilde: Faktaboka 2018, NOA, STAMI

Hvordan forebygge på arbeidsplassen?

Arbeidsmiljøarbeid:

Arbeidsmiljø handler om hvordan arbeidet organiseres, planlegges og gjennomføres

Forebyggende arbeidsmiljøtiltak:

- Identifisere utfordringene i eget arbeidsmiljø
- Tiltak skal være kunnskapsbaserte, og tilpasses virksomheten
- Implementeres systematisk



