

Egészségmegőrző program tapasztalatai alapján a munkavállalók általános egészségügyi állapotáról

MÁV Zrt.

MÁV START Zrt.

(2014. évi adatok alapján)

A MÁV Zrt. immár 10 éve azzal a célkitűzéssel működteti az Egészségmegőrző Programját, hogy a közlekedés biztonságával összefüggő munkakörben foglalkoztatott munkavállalók nagyfokú igénybevételű, valamint a jó fizikai állapotot megkövetelő körülmények között végzett napi tevékenységükhöz az egészséget és munkavégző képességet fenntartsa.

Az Egészségmegőrző program egy prevenciós tevékenység, mely kiterjed a munkavállalók egészségének és munkavégző képességének megőrzésére, a megbetegedések megelőzésére, az esetlegesen kialakuló betegségek mielőbbi felismerésére. A programok a két leggyakoribb mozgásszervi-reumatológiai, keringési és érrendszeri krónikus és életmódváltással elérhető eredményes terápiát feltételező megbetegedésekre helyezve a hangsúlyt rekreációs lehetőséget is biztosít a résztvevők számára.

A 2014. október 01-jén induló és 2015. június 30-ig tartó programban továbbra is alkalmaztuk a 2013. évben bevezetett új szabadidő kedvezményt (2 munkanap fizetett távollét kiemelt munkakörökre), ezzel is tovább ösztönözve a jelentkezőket a számottevően alacsony - 4 illetve kevesebb mint 4 %-os - részvételi arányú munkakörökből.

2015. évben a (2015. október 01-jén induló és 2016. június 30-ig tartó) programot egy újabb szabadidő kedvezménnyel egészítettük ki – 5 munkanap fizetett távolléttel – a 2014. december 31-ig korkedvezményesnek minősülő munkakörökben, valamint a pályamunkás, pályamunkás betanított munkás, kábel és hálózatszerelő, kábel és hálózatszerelő betanított munkás munkakörökre is kiterjesztve.

A MÁV START Zrt. 2015. év végével induló programban alkalmazott először szabadidőkedvezményt - 2 munkanap fizetett távollétet - a 2014. december 31-ig korkedvezményesnek minősülő munkaköreiben.

Kérésednek megfelelően csatoltan küldöm a résztvevők számát munkaköri bontásban. A beutalásra okot adó, illetve a javasolt betegségek fajtájára vonatkozóan konkrétumokat nem tudunk közölni, miután a munkavállaló programba történő jelentkezését követően a foglalkozás-egészségügyi orvos a vizsgálat alapján dönti el, hogy mozgásszervi-reumatológiai, keringési és érrendszeri krónikus és életmódváltással elérhető eredményes terápiára mely intézménybe javasolja a munkavállaló beutalását.

A Vasútegészségügyi NK Kft. a két leggyakoribb megbetegedésre helyezve a hangsúlyt állította össze a vizsgálati elemeket a következők szerint:

Balatonfüreden keringési és érrendszeri krónikus megbetegedésre összpontosítva

- részletes kardiológiai állapotfelmérést és szűrést,

- echokardiographia és
- terheléses EKG vizsgálatot végeznek.

Harkányban és Hévízen mozgásszervi-reumatológiai megbetegedésekre összpontosítva

- szív- és érrendszeri veszélyeztető tényezők felmérését és
- mozgásszervi állapotfelmérést végeznek el.

Mindezekon felül az intézetek elvégzik még az általános egészségi állapotfelméréshez szükséges vizsgálatokat is:

- orvosi fizikális vizsgálatot, káros szokások felmérését,
- a tápláltság mértékének felmérését (BMI index),
- vérnyomásmérést,
- EKG vizsgálatot,
- laboratóriumi vizsgálatokat (vérkép, véréjszüllyedés, vércukor-, vérzsír- és májenzim-, szérum húgysav szintek, rutin vizelet vizsgálat).

Az egészségügyi felmérés során a következőket tárta fel a Vasútegészségügy 2014. évre vonatkozóan:

A BMI indexek alapján a vizsgált dolgozók csaknem fele, 49% elhízott volt. Magas vérnyomást 31 %, EKG eltérést 11 %-ban találtak.

A kardiológiai rehabilitációs intézményben (Balatonfüred) végzett echokardiogram 2 dolgozó esetében bizonyult kórosnak.

A laboratóriumi vizsgálatok közül a leggyakrabban (35%) a vérzsír szintek voltak magasabbak. Jelentős májenzim eltéréseket a résztvevők 16%-nál, emelkedett éhgyomri vércukor értékeket a résztvevők 11% -nál mutattak ki.

Néhány résztvevő állapota a Program időtartama alatti, azonnali kiegészítő vizsgálatokat, kezelést igényelt (pl. vérnyomáscsökkentés, vércukorszint beállítás, szedett gyógyszerek adagjának módosítása stb.).

A 2014-ben felmért dolgozók közül kb. egyharmad része már a korábbi években is részt vett az Egészségmegőrző Programban. A 2014. évi vizsgálatok során a résztvevő intézmények azt is felmérték, hogy ezen visszatérő munkavállalók az előző években javasolt életmódi változtatásoknak mennyiben tudtak (vagy nem tudtak) eleget tenni, valamint az ajánlott, kiegészítő/kontroll orvosi vizsgálatokat milyen arányban végeztették el.

Az előző években történt vizsgálatokhoz képest az érintettek 27%-ának csökkent a testsúlya és 60%-a betartotta a javasolt diétát az eltelt hónapok/évek alatt.

A visszatérő munkavállalók 16%-a sikeresen leszokott a dohányzásról. Akinél rendszeres mozgásterápiát tartottak szükségesnek, ezt a célt 64 % valósította meg.

A Program végén javasolt további orvosi vizsgálaton az érintett dolgozók 64%-a, a javasolt laboratóriumi vizsgálatokon 78%-ban vettek részt.

Javasolt életmód változás	nem változtatott az életmódján	megfogadta a tanácsokat és változtatott az életmódján	nem kellett változtatni az életmódján
testsúly csökkentés	33%	12%	55%
dohányzás elhagyása	28%	5%	66%
a javasolt diéta betartása	16%	23%	61%
a javasolt szakorvosi vizsgálat	18%	32%	50%
laboratóriumi vizsgálatok ismétlése	14%	48%	39%
sport és /vagy mozgásterápia	26%	38%	36%

Az elvégzett felmérés alapján a statisztikai adatok bizonyítják, hogy az Egészségmegőrző Program hatékony eszköz a résztvevő dolgozók egészségének megtartásában, az esetleges szív- és érrendszeri betegségek korai felismerésében és a munkaképesség megtartásában.

A felmérés a két vállalat által a munkavállalók számára biztosított részvételi lehetőségnek megfelelően 27%-ban a START Zrt-re, 73%-ban a MÁV Zrt-re vonatkozik.

A MÁV START Zrt. esetében a programba 2014. évben 45%-ban a mozdonyvezető és vezető jegyvizsgáló munkakörben foglalkoztatott munkavállalók kerültek be, e felmérés eredményét nagymértékben e két munkakört betöltő munkavállalók egészségi állapotának jellemzői befolyásolják.

A MÁV Zrt. esetében a programban résztvevő munkavállalók közül a Forgalom területéről 75%, a TEB területéről 16% és a Pályavasút területéről 9% érkezett, mely részvételek a legmagasabb arányban a következő munkakörökből tevődtek össze:

Forgalom: forgalmi szolgálattevő, külsős forgalmi szolgálattevő, rendelkező forgalmi szolgálattevő, váltókezelő helyszíni állítású

Pálya: felügyeleti pályamester, kitérőlakatos, vonalgonдозó

TEB: biztosítóberendezési műszerész, mester és távközlő műszerész

A kimutatott egészségügyi tapasztalatok a MÁV Zrt. esetében háromnegyed arányban a forgalmi szakterületen dolgozó munkavállalók egészségi állapotát tükrözik.

A munkavállalók egészségügyi állapota az ország lakosságának átlagos egészségügyi állapotához hasonlóan alakul a magas vérnyomás és az elhízás tekintetében.

Magas vérnyomás a férfiak 55-64 éves korcsoportjának 35-50, a nők 42-62 százalékára, az ennél idősebb férfiak 50-80, a nők 60-90 százalékára jellemző. Az elhízás jelentős mértékű hazánkban, 18-23 éves nők 22 százaléka túlsúlyos vagy elhízott, a 35-64 évesek 57, a férfiak 42 százaléka. Az elhízás miatt is kialakuló metabolikus szindrómában (elhízás, magas vérnyomás, magas vércukorszint és kóros vérzsír-összetétel egyidejű jelenléte a betegnél) szenved az 55-64 éves korcsoport 40 százaléka.