



Aas RW, Merkus S, Kiær E

Ergoterapeuters og fysioterapeuters råd og anbefalinger om tilrettelegging på arbeidsplassen

Kortversjon

Prosjektet er finansiert av Programmet "FARVE- forskningsmidler Arbeid og Velferd"

Bakgrunn: Førte prosent av alle legemeldte sykmeldinger skyldes muskel- og skjellettplager, og cirka 30 prosent av disse regnes for å være arbeidsrelaterte. Tilrettelegging på arbeidsplassen er blitt et stadig viktigere virkemiddel for å hindre at ansatte blir syke, eller for å få sykmeldte tilbake i jobb. Tilrettelegging kan også gjøre det mulig for ansatte å fungere i jobb på tross av sykdom eller plager. Det finnes en rekke tiltak som kan settes i verk på arbeidsplassen. Eksempler kan være fysisk tilrettelegging, anskaffelser/tilpasninger av teknisk utstyr, nye arbeidsoppgaver, opplæring, endring av arbeidsfunksjoner eller arbeidstid. Det finnes flere forskjellige virkemidler fra NAV som kan benyttes ved tilrettelegging for ansatte, eksempelvis "Tilretteleggingstilskudd", "Arbeidsplassvurdering ved fysio- og ergoterapeut", tekniske hjelpemidler og økonomiske støttetiltak. Når det skal tilrettelegges på arbeidsplassen, spiller ergoterapeuter og fysioterapeuter en viktig rolle. Disse faggruppene blir ofte trukket inn for å gi råd og anbefalinger. Imidlertid finnes det lite kunnskap om hva disse rådene omhandler. Videre er det også lite kjent hvorvidt det er konsensus eller enighet om disse rådene blant terapeutene.

Mål: Denne studien var delt i to faser med to ulike mål; å få kunnskap om hvilke råd/anbefalinger fysioterapeuter og ergoterapeuter ga overfor ansatte med muskel- og skjellettplager, og å avdekke i hvilken grad det var konsensus om disse råd/anbefalinger blant ergoterapeuter og fysioterapeuter.

Metode: Studien var designet som en Delphie-studie, der 25 terapeuter deltok i fase I og 43 terapeuter deltok i fase II. Delphie-teknikk blir brukt for å gjøre erfaringsbasert ekspertkunnskap forskningsbasert. Fase 1 i studien var designet som en kvalitativ studie, med mål om å identifisere hvilke råd fysio- og ergoterapeuter ga overfor ansatte med muskel- og skjellettplager. I denne fasen deltok 8 ergoterapeuter og 17 fysioterapeuter. I analysen ble det brukt en kvalitativ innholdsanalyse, og tekst ble sortert ut fra ICF's emneområder; kroppsfunksjoner, aktivitet, deltagelse, miljø-fysisk, miljø-sosialt, miljø-holdningsmessig. I fase 2 deltok 14 ergoterapeuter og 29 fysioterapeuter. De ble ved hjelp av et spørreskjema bedt om å ta stilling til rådene som ble identifisert i fase 1. Svaralternativene i skjemaet var "enig", "uenig" og "vet ikke". Analysen ble foretatt i statistikkprogrammet SPSS.

Resultater: I studiens fase 1 ble det i alt identifisert 176 råd og anbefalinger om tilrettelegging. Hele 63,8 prosent av disse rådene handlet om miljøet, og da spesielt det fysiske miljøet (46,6 %). I alt 70 prosent av disse rådene dreide seg om "sittende arbeid ved bord", og var altså rettet mot ansatte med kontorarbeid. Konkret omhandlet disse ulike type produkter og hvordan de kunne brukes på en best mulig måte. Eksempler på slike råd var innstilling av stoler, bord, pc-skjerm samt annet bruk av utstyr. Cirka 20 prosent av rådene omhandlet aktivitetsutførelse, mens bare 4,6 prosent av rådene som ble gitt dreide seg om deltagelse.

I fase 2 av studien måtte terapeutene ta stilling til om de var enige eller uenige i rådene som var kommet fram i fase 2. Mål for oppnådd konsensus i studien var; svak konsensus ≥ 70 %, sterk konsensus ≥ 90 % og full konsensus ≥ 95 %. Alle resultater som hadde en svarfrekvens under 70 prosent enighet/uenighet eller "vet ikke" ble betraktet som råd/anbefalinger som det ikke fantes konsensus om.

Det var konsensus blant terapeutene om 120 av de 176 rådene, noe som utgjør 68,2 prosent. I 58 av rådene (33 %) var det sterk konsensus, om i 62 av rådene (35,2 %) var det svak konsensus. Sett i forhold til emneområdene, var det sterk konsensus om 60 prosent av rådene om holdningsmessig miljø og 55 prosent av rådene om sosialt miljø. På alle områdene bortsett fra fysisk miljø, var det en samlet konsensus (sterk og svak) på over 70 prosent. Den høyeste samlede konsensus handlet om deltagelse (87,5 %), mens det for fysisk miljø bare var en konsensus på 63,8 prosent. Det var ikke konsensus om cirka en tredjedel av rådene (30,7 %). Disse omhandlet oftest fysisk miljø (36 %), kroppsfunksjoner (30 %) og sosialt miljø (30 %).

Når det gjaldt *kroppsfunksjoner*, var det bare to råd som det var 95 prosent enighet om. Disse rådene dreide seg om mentale funksjoner; ansattes bevisstgjøring i forhold til organisering av arbeidsdagen og bevissthet om regulering av kontorstol. For råd/anbefalinger om *aktivitetsutførelse* var det til sammen seks råd/anbefalinger hvor 95 prosent eller flere hadde svart "enig". Flere temaer var dekket her, og handlet om variasjon, pauser, bevegelse og avlastning. Eksempler på råd var å sikre variasjon i arbeidsoppgaver, ta små pauser fra stillesittende arbeid, bevege seg omkring, og sørge for god tyngdeoverføring ved forflytting. For *sosialt miljø* var det til sammen syv råd/anbefalinger der 95 prosent eller flere svarte "enig". Disse rådene handlet om sosial støtte fra kollegaer og ulike former for bistand fra helsepersonell. Innen kategorien *holdningsmessig miljø* var det i alt fire råd/anbefalinger der 95 prosent eller mer svarte "enig". Disse handlet om holdninger til bedriftskultur, kommunikasjon, variasjon og arbeidsoppgaver. Eksempler på slike råd var stimulering til medvirkning og åpenhet blant ansatte og avklaring av arbeidsoppgaver.

Av alle 176 råd var det kun i forhold til to råd at terapeutene var enige om at de var uenige i rådet. Disse rådene handlet om at ansatte bør sykmeldes ved betennelse, og at underarmsstøtte på stolens armlener fungerer like godt som underarmsstøtte på bordet.

Bare i tre av de i alt 176 råd/anbefalingene var det signifikante forskjeller mellom hvordan ergoterapeuter og fysioterapeuter svarte; "massasjestol hjelper for smerter i nakke/skuldre", "nakken bør avlastes ved å legge seg nedpå av og til" og "det er viktig at ansatte med smerter bør ha en grundig vurdering hos allmennlege". Ergoterapeutene var i alle tre tilfellene mer enige i de formulerte rådene/anbefalingene enn fysioterapeutene, og en større andel fysioterapeuter var også uenige i de samme rådene.

Konklusjon: Denne studien viste at fysio- og ergoterapeutene gir et vidt spekter av råd og anbefalinger om tilrettelegging på arbeidsplassen for ansatte med muskel- og skjellettplager. Rådene omhandlet i særlig grad det fysiske arbeidsmiljøet ved kontorarbeidsplasser, og da spesielt råd om sittende arbeid ved bord. Samlet sett var det ikke konsensus blant terapeutene om disse 176 rådene, men resultatene lå gjennomsnittlig like under kravet om 70 prosent enighet. Når rådene ble fordelt på de seks emneområdene i ICF ble det imidlertid oppnådd konsensus på alle områdene (kroppsfunksjoner, aktivitet, deltagelse, miljø-sosialt, miljø-holdningsmessig), med unntak av fysisk miljø.

Rapport: Aas R.W., Merkus S., Kiær E. (2009) *Ergoterapeuters og fysioterapeuters råd og anbefalinger om tilrettelegging på arbeidsplassen*. Rapport 042/2009 International Research Institute of Stavanger (IRIS). Rapporten kan lastes ned gratis som pdf på <http://www.iris.no> eller bestilles til selvkost.