

Natarbejde & arbejdsmiljø

Hvad er baggrunden for, at arbejdsmarkedets parter har lavet ny aftale om natarbejde, og hvilke muligheder kan dette give i forhold til sundhed og arbejdsmiljø?

Anders Just Pedersen

Den 20. november 2024



Kort om mig

Anders Just Pedersen

- Chef for DI's enheder for arbejdsmiljø og samarbejdsudvalg
- Uddannet civilingeniør med speciale i arbejdsmiljø og ledelse fra DTU og master i ledelsesudviklingen (MMD) fra CBS
- Har arbejdet med arbejdsmiljø og arbejdsskader siden 1996 i Arbejdstilsynet, DA og DI
- Kontakt ajp@di.dk eller 2949 4549



Kort om OK og helbreds kontrol ved natarbejde

1993

EU DIREKTIV 93/104 om
visse aspekter i forbindelse
med tilrettelæggelse af
arbejdstiden

OK 2010

Helbreds kontrol:
Hyppighed
Omfang
Kvalitet

2023

**For natarbejde ud over
anbefalingerne:**
Obligatorisk helbreds kontrol
Udvidet for 50+ årige
Særlig APV
Gravides natarbejde

2010

Arbejdstilsynets
Vejledning om
Helbreds kontrol ved
natarbejde

2020

Forskere ved NFA afgiver nye
anbefalinger på baggrund af
styrket viden og evidens

Program

- (Hvorfor kan natarbejde være et problem?)
- Helbredsproblemer ved natarbejde
- Forskernes anbefalinger
- OK23-aftalerne
- Helbreds kontrol ved natarbejde

Program

- (Hvorfor kan natarbejde være et problem?)
- Helbredsproblemer ved natarbejde
- Forskernes anbefalinger
- OK23-aftalerne
- Helbreds kontrol ved natarbejde

Hvorfor er det et problem at arbejde, når man ellers skulle sove?

Sat på spidsen handler det grundlæggende om to ting:



Søvn



Lys

Program

- (Hvorfor kan natarbejde være et problem?)
- **Helbredsproblemer ved natarbejde**
- Forskernes anbefalinger
- OK23-aftalerne
- Helbreds kontrol ved natarbejde

Natarbejde og helbredsudfordringer

- Dødelighed - generelt (en meget lille!) højere dødelighed
- Hjertesygdomme - højere risiko for hjertekarsygdomme
- Mave- og tarmsygdomme - højere risiko for dårlig fordøjelse og mavesår
- Spontan abort og andre graviditetskomplikationer - større risiko
- Kræft - sandsynligvis kan være kræftfremkaldende - brystkræft, prostatakkræft og tyk- og endetarmskræft
- Sukkersyge - større risiko for at få diabetes 2
- Mentalt helbred - betragtes som en stressfaktor
- Flere ulykker
- Graviditet - sammenhæng med en række graviditetsrelaterede udfald

Helbredsudfordringerne er større, når man er ældre end 50 år



Program

- (Hvorfor kan natarbejde være et problem?)
- Helbredsproblemer ved natarbejde
- **Forskernes anbefalinger**
- OK23-aftalerne
- Helbreds kontrol ved natarbejde

Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø (NFA) anbefalinger fra 2020

Højst tre nattevagter i træk

C1

Mindst 11 timer mellem to
vagter

C2

Højst ni timers varighed pr.
vagt

C3

Gravide bør normalt arbejde
maksimalt en nattevagt om ugen for
at mindske risiko for spontan abort
og andre graviditetskomplikationer

C4

Program

- (Hvorfor kan natarbejde være et problem?)
- Helbredsproblemer ved natarbejde
- Forskernes anbefalinger
- **OK23-aftalerne**
- Helbreds kontrol ved natarbejde

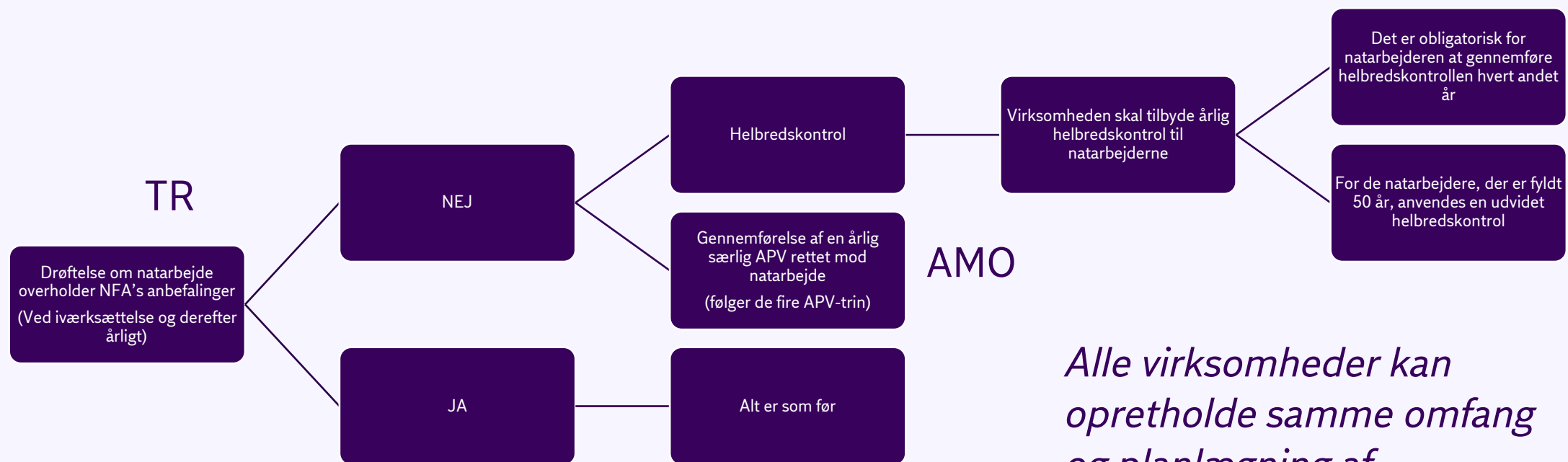
OK2023-protokollater om natarbejde

Natarbejde handler om arbejdstid og er derfor primært en sag for arbejdsmarkedets parter

DI og CO-industri indgik følgende syv protokollater om natarbejde:

- 1. Gravides natarbejde**
- 2. Nye regler og rammer vedrørende natarbejde**
- 3. Ny viden om tilrettelæggelse af natarbejde**
- 4. anbefaling om øget screening af natarbejdere**
5. Overvågning af natarbejde
6. Udvalgsarbejde om evt. sammenlægning af Industriens Overenskomsts §§ 14 og 15
7. Udvalgsarbejde om uddannelse samt informations- og vejledningsmateriale om natarbejde

Natarbejde – forebyggende og afbødende foranstaltninger



Alle virksomheder kan opretholde samme omfang og planlægning af natarbejde som før!

Årlig særlig APV rettet mod natarbejde

- Minimums tjekliste ellers metodefrihed
- Den særlige APV om natarbejde skal indeholde:

I. Identifikation og afdækning af risici ved natarbejde


II. Vurdering af risici ved natarbejde

III. Prioritering og udarbejdelse af handlingsplan

IV. Opfølgning på handlingsplan

Særlig APV om natarbejde
- til anvendelse i tilfælde, hvor virksomheden ikke følger anbefalinger fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø (NFA)

Arbejds miljøer/måse	Hvad skal tjekkes?	Problem	Inter problem	Ved ikke/ ikke relevant
SPECIFIKT FOR NATARBEJDE				
Generelt	Natarbejde årsag til sygefravær			
	Arbejdsopgaver udstykkende udført som natarbejde			
	Arbejdsopgaver som ikke behøver at blive udført om natten			
	Bemandingen tilpasset opgaverne ved natarbejde			
Arbejdsulykker	Tidspunkt på døgnet ved ulykker eller nærvedulykker registreres			
	Alenearbejde der medfører ulykkesrisici ved natarbejde			
	Ulykker eller nærvæd-hændelser ved natarbejde			
	Fokus på intern. løstans transport ved natarbejde - f.eks. anvendelse af Hi Viz beklædning			
Beredskab	Særligt beredskab for at håndtere nødsituationer under natarbejde - f.eks. ved støvafrydelse?			
	Medarbejderne kender beredskabet, der træder til i tilfælde af hændelse ved alenearbejde om natten?			
Psykisk arbejdsmiljø	Mulighed for kontakt til kollega/leder under natarbejde			
	F passende krav og afvæksling ved natarbejde			
	Arbejdstempo tilpasset natarbejde			
	Risiko for vold og trusler ved natarbejde			
Fysisk arbejdsmiljø	Maskiner som primært anvendes ved natarbejde			
	Belastende arbejdsstillinger i forbindelse med opgaver ved natarbejde			
	Arbejds miljørisici specifikt ved natarbejde f.eks. støj, temperatur, lysforhold eller kemisk arbejdsmiljø			
	Speciel instruktion nødvendig for at foretage reparationer ved nærvæd ved natarbejde			
	Favorable kemikalier ved natarbejde der ikke anvendes på dag- eller aftenarbejde			
Andet	Mulighed for powermap ved natarbejde?			
	Mulighed for en forfriskning ved natarbejde			



Identificer og kortlæg arbejdsmiljøet på arbejdspladsen. Beskriv og vurder de problemer, der er fundet. Lav en risiko vurdering. Vurder om arbejdsmiljøet måske er årsag til sygefravær? **Prioriter problemer og løsninger og skriv dem ind i en handleplan.** Følg op på handleplanen - virker løsningerne?

Ørg for fokus på instruktion ved arbejdsopgaver der udføres om natten. Å alle arbejdsopgaver kortlagt og beskrevet. Overvej, om der er specifikke ledarbejdergrupper/jobfunktioner om natten, og om det kræver særlig instruktion.

Ør sikker på, at der er adgang til relevante brugsanvisninger mv.

Ørg for, at medarbejdere, ledere og AMO er instrueret i registrering af ændelser/nærvæd-hændelser med henblik på forebyggelse.

darbejd procedure for specifikke arbejdsopgaver f.eks. reparationer, vor særligt uddannet personale ikke er til stede om natten.

lanlæg natarbejdet med fokus på arbejdstempo og krav, så specielt elastende opgaver udføres på dagvagter.

Program

- (Hvorfor kan natarbejde være et problem?)
- Helbredsproblemer ved natarbejde
- Forskernes anbefalinger
- OK23 aftalerne
- Helbreds kontrol ved natarbejde

Kort om helbreds kontrol ved natarbejde på IO

Helbreds kontrollen består af tre dele:

1. Et minimumsspørgeskema som medarbejderen selv udfylder
2. En række målinger
3. En helbredssamtale

Målingerne og samtalen gennemføres samtidig

Følgende målinger gennemføres:

- Blodtryk
- Vægt og hofte/taljemål
- Fedtprocent
- Blodprøve for kolesterol
- Blodprøve for blodsukker

De oplysninger, der kommer frem i forbindelse med helbreds kontrollen, er medarbejderens ejendom og sendes ikke videre til hverken arbejdsgiveren eller andre.

Tilbage meldingen til virksomheder kan normalt kun komme på tale ved større virksomheder (over 20 ansatte). Tilbage meldingen bør inddrages i virksomhedens APV-arbejde

Spørgeskemaet

SPØRGESKEMA TIL HELBREDSKONTROL VED NATARBEJDE

BASISOPLYSNINGER:

Navn _____ Alder _____ Køn Kvin Mand
Firma _____ Arbejdssted _____

ARBEJDET:

Stillingsbetegnelse _____
Arbejdstid: Antal timer pr. uge: _____ Fast natthold Skifter
Arbejdsgiver _____

Opfatter du arbejdet som Ensomligt Varieret
Hvor lang tid har du haft natarbejde i denne omgang? Måneder _____ År _____
Har du tidligere haft natarbejde? Ja Nej

HELBRED:

Har du eller har du haft følgende:

Psykkiske problemer, f.eks. stress, angst, nervøsitet	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Psykkiske reaktioner, f.eks. irriterbarhed, rastløshed, tristhed	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Depression	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Appetitforstyrrelser, forstoppelse og løs mave (diare)	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Mavesår	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Forhøjet blodtryk	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Sukkersyge	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Hjertekarsygdomme	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Forhøjet kolesteroltal	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Allergi	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Kramper	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Tilbagevendende hovedpine	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Sygdomme i bevægeapparatet (f.eks. gigt)	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Problemer med potens eller søvlyst	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej

SØVN:

A-menneske B-menneske

Antal timers søvn om natten før natskift _____

Antal timer søvn mellem 2 natskift _____

Muligt at sove uforstyrret efter natskift Ja Nej

Svært ved at falde i søvn Ja Ja, men sjældent Ja, ofte Nej

Svært ved at sove igennem Nej Ja, men sjældent Ja, ofte

Gennemsnitlig søvnlængde Under 4 timer 4-5 timer 5-6 timer 6-8 timer

Træthedsfølelse Aldrig Sjældent Af og til Ofte

SÆRLIGT FOR KVINDER:

Har eller har haft brystkræft Ja Nej

Er gravid Ja Nej

Problemer/gener ved tidligere graviditeter Ja Nej

SYGEFRAVER

Sygefravær pr. år de seneste 2 år Ingen Højest 9 dage 10-20 dage Mere end 20 dage

KOST:

Kost ved natarbejde

Morgenmad bestående af _____

Frokost bestående af _____

Aftensmad bestående af _____

Mellemmåltider bestående af _____

Antal mellemmåltider pr. dag _____

Kost ved dagarbejde

Morgenmad bestående af _____

Frokost bestående af _____

Aftensmad bestående af _____

Mellemmåltider bestående af _____

Antal mellemmåltider pr. dag _____



RYGNING:

Ryger Ja Nej

Hvis ja, hvor meget pr. dag _____

ALKOHOL OG STIMULANSER:

Hvor mange genstande pr. uge _____

Nuværende eller tidligere problemer med for højt alkoholforbrug Ja Nej

Forbrug af andre stimulanser Ja Nej

MOTION:

Antal timer pr. uge med gang, cykling og havearbejde _____

Antal timer med idræt/anden motion hver uge _____

FAMILIE OG FRITID:

Har du vanskeligheder med at deltage i fritidsaktiviteter, videreuddannelse og kontakt med familie og venner Ja Nej

YDERLIGERE KOMMENTARER:

Den udvidede helbreds kontrol (til 50+ årige)

Den udvidede helbreds kontrol udgør en overbygning til reglerne om helbreds kontrol ved natarbejde.

Der er tale om syv obligatoriske spørgsmål i helbreds samtalen, der har fokus på de helbreds vilkår, som kan påvirke eller påvirkes af natarbejde i kraft af, at aldrings processen skrider frem.

Samtalen skal bidrage til at identificere, hvilke medarbejdere der tilrådes en egentlig helbreds undersøgelse i sundhedsvæsenet, bidrage til forebyggelse af arbejdsrelaterede gener eller sygdom og derved understøtte tilknytningen til arbejdsmarkedet.

Det anbefales, at de syv spørgsmål i helbreds samtalen gennemføres på 10-15 minutter.

Spørgetemaer i den udvidede helbreds kontrol

01

Selvurderet helbred

02

Tilfredshed med arbejdet

03

Natarbejde og risiko for kræft

04

Smerter og ubehag

05

Kontakt med
sundhedsvæsnat

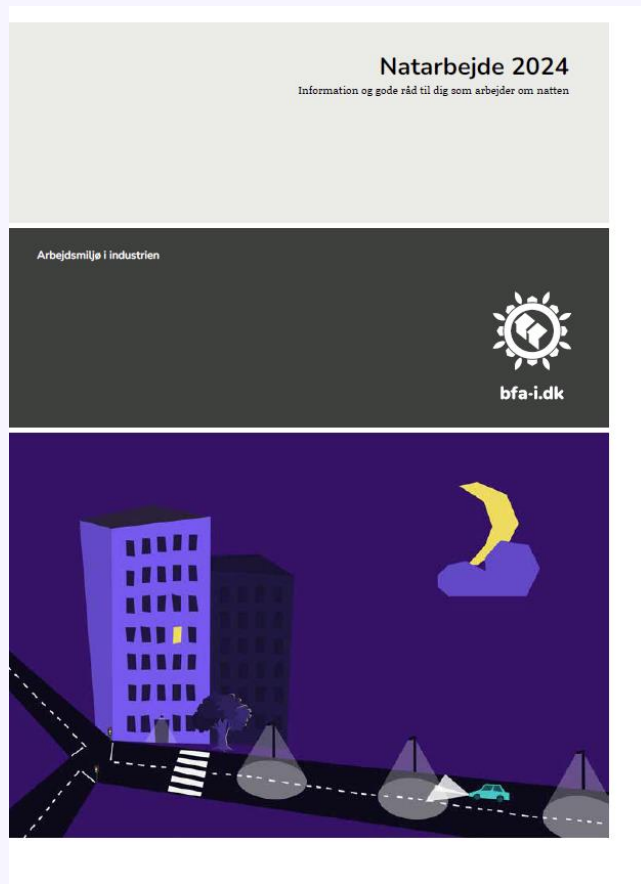
Kvinder besøger lægen mere end mænd

Lægebesøg efter alder, ydelsesart, nøgletal, tid, socioøkonomisk status og køn

	Mænd	Kvinder
Alder i alt		
ALMEN LÆGE I ALT		
Personer med kontakt (procent)		
2023		
Selvstændige	80,1	87,6
Lønmodtagere højeste niveau	76,9	91,7
Lønmodtager mellemniveau	79,2	92,0
Lønmodtagere grundniveau	78,0	92,1
Andre lønmodtagere	75,6	87,8

I tabellen indgår ikke personer under 18 år. Tabellen er opdateret den 31.05.24. Det skyldes rettelser til udgivelsen den 30.05.24

Andre materialer – Find dem hos BFA Industri



Opdateret



Ajourført

Hvad så nu?

Forskningsprojekt om *Ny Viden om Arbejdstidens tilrettelæggelse i Industrien og tilknyttede områder herunder lager*

Gennemføres af NFA

DI og CO-i vil gerne vide, hvordan det går med at få OK23 indført, at få etableret en database for fremtidig forskning, og viden om hvordan arbejdsplaner bedst kan være.

2024

2026

Formål

At skabe et oplyst grundlag for sikre og sunde arbejdspladser i industrien og tilhørende områder, samt skabe viden om rammerne for en vellykket systematisk tilgang til arbejdsmiljø gennem implementering af de forskningsfaglige anbefalinger om arbejdstidstilrettelæggelse

Spor 1: Undersøgelse af implementering af de forskningsfaglige anbefalinger om arbejdstid i industrien

- Hvilke barrierer og fremmere oplever arbejdsgivere og medarbejdere for at anbefalingerne implementeres på en god måde?
- Hvilken effekt har implementering af anbefalingerne på kortere og længere sigt fx for jobtilfredshed og sygefravær på virksomhedsniveau?

Spor 2: Udvikling og etablering af en database om arbejdstid på industriens område

- Udvikling og dokumentation af forskningsdatabase med dag-til-dag informationer om arbejdstid på industriens område
- Inklusion af kliniske parametre fra helbredsundersøgelser i forskningsdatabase om arbejdstid
- Deskriptive analyser af arbejdstider og helbred baseret på forskningsdatabase om arbejdstid.

Spor 3: Ny viden om kombinationer af arbejdstidstilrettelæggelse og ulykker

- Hvordan kombineres anbefalingerne bedst? Er risiko for ulykker fx størst ved kombinationen af fx 3 kortere nattevagter eller 2 længere nattevagter?

Produkter til formidling og kommunikation

- Håndbog til virksomheder med gode råd til vellykket implementering (Spør 1)
- Fakta-ark med de vigtigste resultater målrettet arbejdsmarkedets interessenter (Spør 2-3)
- Orienteringer og drøftelser med arbejdsmarkedets parter fx i følgegrupper (Spør 1-3)
- Interview og ekspertudtalelser i medier herunder sociale medier og fagtidsskrifter (Spør 1-3)
- Videnskabelig formidling fx artikler i velansete fagfælle bedømte tidsskrifter eller lektørbedømte rapporter (Spør 1-3)

Spørgsmål

og tak for ordet



Dansk Industri

