

**„Alkohols, apreibinošās vielas un medikamenti – ko tie nodara
darba videi?”
Rīga, 2015.gada 8.jūnijs**

Alkohols, apreibinošās vielas un medikamentu lietošana darba vidē – biznesa aspekti

Ivars Vanadziņš,
Darba drošības un vides veselības institūts, RSU
Kontakti: ivars.vanadzins@rsu.lv
Rīga, 08.06.2015.

Ievadam

- Tēma «alkohols un citas apreibinošas vielas» - līdzīgi kā psihoemocionālie riski – savdabīga «tabu» tēma – visi zina, bet par nav pieņemts runāt....
- Tomēr, papētot citu valstu pieredzi un Latvijā pieejamo informāciju – tā noteikti ir lielāka problēma kā varētu šķist...
- Tā ir gan indivīda un sabiedrības veselības problēma, gan arī uzņēmēju konkurētspējas un drošas darba vides problēma
- Par atsevišķām sekām runā bieži, dažas – varētu būt nenovērtētas!

Atkarības darbā?

- Iespējams vairums sabiedrības, dzirdot vārdu «atkarības» darba vidē, domās par alkoholu
- Tomēr, atkarību ir ļoti daudz:
 - » Alkohols
 - » Tabaka
 - » Narkotiskās vielas
 - » Medikamenti
 - » u.c, piemēram, azartspēles u.tml.

Kāda tad varētu būt situācija?

- «Latvijā ir ap 30 000 alkohola un ap 20 000 problemātisku narkotiku lietotāju» (narkoloģe V.Sudraba, RPNC, Ir Nauda, 5.11.2013.)
- Pētījumu dati pasaulē: - Pretēji plaši izplatītam viedoklim - **absolūtais vairums alkoholiķu vai atkarīgo strādā «normālu darbu»!**
- ASV – 6,6% amerikāņu, kuri strādā pilnu darba laiku, atzīst, ka dzer «daudz» (vīriešim >5 vienības vismaz 5 reizes pēdējā mēneša laikā)
- Līdz 70% citu atkarīgo strādā pilnu darba laiku (vecumā 18-49)

Dati:  **NCADD**
NATIONAL COUNCIL ON ALCOHOLISM AND
DRUG DEPENDENCE, INC.

Foto: Skolēnu autobusa avārija uz Liepājas šosejas: bērni braukuši uz sacensībām

Papildināts 07:12 


Apollo, redakcija@apollo.lv

Otrdiena, 2015. gada 26. maijs 06:16



Pēc Valsts policijas (VP) noskaidrotās sākotnējās informācijas, skolēni, kuru autobusā pirmsdien ietriecās kravas automašīna, braukuši uz sporta sacensībām Rīgā, vēsta LNT Ziņas.




7 attēli
Atvērt



Kāda tad varētu būt situācija?

■ SPKC dati:

- » Latvijā ikdienā smēķē 36% ekonomiski aktīvo iedzīvotāji vecuma grupā no 15 līdz 64 gadiem - kas ir viens no augstākajiem smēķētāju īpatsvaram Eiropas Savienībā (ES)
- » 2014.gadā ikdienā smēķēja 52% vīriešu un 21% sieviešu, savukārt pēdējā gada laikā smēķēšanu atmetuši vien 2% ikdienas smēķētāju

Dati: SPKC, 29.05.2015.

Kas rada problēmas darba videi un uzņēmumiem?

- Nelaiemes gadījumi darbā
- Produktivitātes zudums = Sliktas darba spējas
- Darba kavējumi un slimības lapas
- Demoralizējoša ietekme, sliktas attiecības kolektīvā
- Slikta disciplīna un uzvedība
- Ietekme uz uzņēmuma tēlu
- Priekšlaicīga nāve darba vietās
- Miegainība darbā
- Zādzības (korupcija)
- Kļūdainu lēmumu pieņemšana, sliktas spriestspējas

Kas rada problēmas darba videi un uzņēmumiem?

- Neefektīvs darbs, laika tērēšana «pīppauzēm» (10 cigaretes darba laikā – 100 minūtes?)
- Lielāka iespēja konfliktiem ar kolēģiem vai vadību
- Biežāka darba maiņa
- Izdevumi saistībā ar jaunu darbinieku meklēšanu un apmācību, laika un finanšu patēriņš disciplināru procedūru ieviešanai (piemēram, alkohola testi u.c.)
- Ugunsgrēka riski
- *Otrreizējie* un *trešreizējie* tabakas dūmi – ietekme uz citiem darbiniekiem

Daži skaitļi...

- 3-5% no visiem darba kavējumiem ir saistīti ar alkohola lietošanu, U.K. – 8-14 miljoni darba dienu gadā
- ~10-40% letālo nelaimes gadījumu darba vietās un ~20-45 visu nelaimes gadījumu darbā varētu būt saistīti ar alkohola lietošanu (ASV)
- Alkohola lietotāji vai citi atkarīgie vidēji 3,5 biežāk cieš dažādos nelaimes gadījumos darbā, vidēji 5 reizes biežāk savaino sevi

Daži skaitļi...

- Alkoholiķi «slimo» 3-8 reizes biežāk kā nedzērāji, ievērojami biežāk «slimo» arī viņu ģimenes locekļi, iespēja, neatnāk uz darbu – pat 10 reizes augstāka!
- ~ 25% nodarbināto vismaz reizi gadā ir dzēruši darba laikā, ~ 20% vidējās un augstākās vadības ir dzēruši pēdējā mēneša laikā...
- ~20% nodarbināto un vadītāju atzīst, ka kolēģu dzeršanas dēļ ir nācies strādāt vairāk vai pārtaisīt izdarīto, kā arī tikusi apdraudēta viņu pašu drošība

Daži skaitļi...

- Pazeminātas darba spējas ir raksturīgas ne tikai «alkoholiķiem», bet arī tiem, kuri «iedzer reizēm» vai lieto alkoholu iepriekšējā vakarā
- Alkoholiķi vidēji par 33% mazāk produktīvi, pat tad, kad jūtas labi un ir «skaidrā»
- Vidēji 2 reizes lielāki tiešie medicīnas izdevumi (attiecīgi augstākas apdrošināšanas izmaksas), vidēji valsts medicīnas sistēmai ilgtermiņā izmaksā līdz trim reizēm dārgāk...

Daži skaitļi...

- Pārmērīga dzeršana ASV izmaksā ~ 220 miljardus ASV dolāru gadā (2006)
- Izmaksas veido:
 - » 72% - produktivitātes zudums
 - » 11% - veselības aprūpes sistēmas izdevumi
 - » 9% - policijas un tiesu izdevumi
 - » 6% - Ceļu satiksmes negadījumi



Centers for Disease Control and Prevention
CDC 24/7: Saving Lives, Protecting People™

Daži skaitļi...

- ES Baltā grāmata - 24– 32% valstu veselības aprūpes izdevumu saistīti ar to slimību ārstēšanu, ko tiešā veidā izraisījis alkohols un tabaka
- Katru gadu Latvijā smēķēšanas dēļ izceļas 1/3 visu ugunsgrēku, 1/2 no dzīvi sadegušajiem (80 – 90 gadā) ir smēķētāji, kas ugunsgrēku paši piesmēķējuši vai aizmiguši ar degošu cigareti
- Citi fakti: Smēķētāju automašīnas maksā par 10-15% mazāk
- Latvijā gadā vidēju amputē kājas ~1000 smēķētāju

Kas veicina «dzeršanu darbā» un citas atkarības?

■ Svarīgākie veicinošie faktori:

- » Tradīcijas un attieksme pret alkoholu konkrētajā darba vietā
- » Vīriešu kolektīvs....
- » Alkohola pieejamība un iespēja to «ienest»
- » Atsvešināšanās darba vietā (garlaicīgs, stresains, vientuļš un vienmuļš darbs u.c.)
- » Darba uzraudzības un vadības atbalsta trūkums
- » Skaidras «*Nē alkoholam!*» un «*Nē, tabakai un citām atkarībām*» politikas un attieksmes trūkums

Kurās nozarēs/profesijās biežāk?

- Būtībā – jebkura nozare vai profesija, bet tradicionāli biežāk tas notiek nozarēs, kur ir «tradīcijas» un / vai pieeja alkoholam, kā arī smags darbs vai daudz stresa:
 - » Pārtikas ražošana un HORECA sektors
 - » Celtniecība
 - » Derīgo izrakteņu ieguve
 - » Iekārtu apkopju un remontu nodrošināšana

Kurās nozarēs/profesijās biežāk?

- Faktori darba vietās, kuri veicina atkarības:
 - » Daudz personīgu un sociālu faktoru
 - » Augsti stresa līmeņi
 - » Neapmierinātība ar darbu
 - » Garas darba stundas, maiņu darbs vai neregulārs darbs
 - » Nogurums
 - » Monotons darbs
 - » Neaktīvi darba periodi vai garlaicīgs darbs
 - » Darbs izolācijā
 - » Nepietiekama vai neregulāra darba pārraudzība

Secinājumi

- Alkohola un citu atkarību problēma darba vietās noteikti ir būtiska problēma!
- Pirmais solis – apzināties to, saprast, kā šādus cilvēkus identificēt un kā rīkoties!
- Rīcības plāns
 - » Skaidra politika un konsekventa attieksme
 - » Vadītāju apmācība par atpazīšanu un rīcību šādos gadījumos
 - » Nodarbināto apmācība, informēšana, veselīga dzīves veida veicināšana u.tml.
 - » Konsekventa uzraudzība un kontrole



National Business Group on Health

CENTER FOR PREVENTION AND HEALTH SERVICES

An Employer's Guide to Workplace Substance Abuse: Strategies and Treatment Recommendations

Strategies and Treatment Recommendations



30/01/2019



No tabakas dūmiem brīvas darba vietas

Informācija darba devējiem, lai radītu veselīgu darba vidi



Tabakas dūmu ietekme uz veselību

Lai dabas vidi pasargātu no veselīgu cilvēku un dzīvnieku veselīgu darbu un veselības, darba devējiem jānodrošina darba vidi, kurā nav tabakas dūmu. Tabakas dūmi ir kancerogēni, tie ir galvenie iemesli, kāpēc cilvēki ar smēķēšanas vēsturi ir pakļauti lielākam riskam sasiekt ar smēķēšanu saistītus slimības, kā arī citām veselības problēmām. Tabakas dūmi ir galvenie iemesli, kāpēc cilvēki ar smēķēšanas vēsturi ir pakļauti lielākam riskam sasiekt ar smēķēšanu saistītus slimības, kā arī citām veselības problēmām.

VTD ieteikumi, kas ir jāievieš darba devējiem, lai nodrošinātu darba vidi, kurā nav tabakas dūmu, ir šādi:

Jūsu zināšanas

- Esat veicinājis pasākumus, lai pasargātu darbiniekus, kas ir pakļauti VTD ieteikumiem.
- Pasaules, tautas un individuālo veselības problēmu risināšanai ir nepieciešama pasākumu, lai pasargātu darbiniekus, kas ir pakļauti VTD ieteikumiem.
- Pasākumi, kas ir jāievieš darba devējiem, lai nodrošinātu darba vidi, kurā nav tabakas dūmu, ir šādi: pasākumi, lai pasargātu darbiniekus, kas ir pakļauti VTD ieteikumiem.

- Darbinieki, kas ir pakļauti VTD ieteikumiem, ir pakļauti lielākam riskam sasiekt ar smēķēšanu saistītus slimības, kā arī citām veselības problēmām.



Ekonomiskie aspekti, kas saistīti ar smēķēšanu darba vietā

- Smēķēšana ir dārga, tā ir kaitīga cilvēku veselībai un veselīgu darbu, tā ir galvenie iemesli, kāpēc cilvēki ar smēķēšanas vēsturi ir pakļauti lielākam riskam sasiekt ar smēķēšanu saistītus slimības, kā arī citām veselības problēmām.
- VTD ieteikumi, kas ir jāievieš darba devējiem, lai nodrošinātu darba vidi, kurā nav tabakas dūmu, ir šādi: pasākumi, lai pasargātu darbiniekus, kas ir pakļauti VTD ieteikumiem.
- Darba devēji, kas ir jāievieš darba devējiem, lai nodrošinātu darba vidi, kurā nav tabakas dūmu, ir šādi: pasākumi, lai pasargātu darbiniekus, kas ir pakļauti VTD ieteikumiem.

Darba devējiem jānodrošina darba vidi, kurā nav tabakas dūmu, lai pasargātu darbiniekus, kas ir pakļauti VTD ieteikumiem.



14. MAIJS 2014.



Tabakas dūmu ietekme uz veselību

Ja vāc veselīgu, ilglaicīgu un veiksmīgu karjeru, tad jāzina, ka tabaka ir ļoti kaitīga. Tabaka satur vairāk nekā 4000 ķīmiskās vielas, kas ir kaitīgas veselībai. Tabaka satur arī nikotīnu, kas ir atkarības veidojošs un kaitīgs veselībai. Tabaka satur arī oglekļa dioksīdu, kas ir kaitīgs veselībai. Tabaka satur arī oglekļa monoksīdu, kas ir kaitīgs veselībai. Tabaka satur arī citus kaitīgus vielas, kas ir kaitīgas veselībai.

2013. gada sākumā ES ievieš jaunas prasības tabakas ražošanai, kas paredz, ka tabakas ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.

No 2014. gada 1. maija ES ievieš jaunas prasības tabakas ražošanai, kas paredz, ka tabakas ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.

Ietaikumi

- Ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.
- Ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.
- Ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.
- Ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.



Drošības un veselības dienests ir pieejams katrā darba vietā. Ja ir nepieciešama palīdzība, zvaniet uz 112.

14. MAIJS 2014.



Smēķēšanas ietekme uz veselību

Ja vāc veselīgu, ilglaicīgu un veiksmīgu karjeru, tad jāzina, ka tabaka ir ļoti kaitīga. Tabaka satur vairāk nekā 4000 ķīmiskās vielas, kas ir kaitīgas veselībai. Tabaka satur arī nikotīnu, kas ir atkarības veidojošs un kaitīgs veselībai. Tabaka satur arī oglekļa dioksīdu, kas ir kaitīgs veselībai. Tabaka satur arī oglekļa monoksīdu, kas ir kaitīgs veselībai. Tabaka satur arī citus kaitīgus vielas, kas ir kaitīgas veselībai.

Ietaikumi

- Ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.
- Ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.
- Ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.
- Ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.

- Ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.
- Ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.
- Ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.
- Ražotājiem jānodrošina, lai tabakas dūmiem būtu mazāka ietekme uz veselību.



Drošības un veselības dienests ir pieejams katrā darba vietā. Ja ir nepieciešama palīdzība, zvaniet uz 112.