



PROGRAM WIELOLETNI

pn. „*Poprawa bezpieczeństwa i warunków pracy*”

IV etap, okres realizacji: lata 2017-2019

Część B: Program realizacji projektów w zakresie badań naukowych i prac rozwojowych **koordynator CIOP-PIB**

Czynniki ryzyka i choroby przewlekłe wśród nauczycieli

prof. dr hab. n. med. Alicja Bortkiewicz

**Problemy zdrowotne i czynniki ryzyka
związane z pracą nauczycieli**

Łódź 13 listopada 2019 r.



W roku szkolnym 2018/2019 zgodnie z danymi Ministerstwa Edukacji Narodowej w szkołach i placówkach oświatowo-wychowawczych zatrudnionych było ogółem **587 936** nauczycieli.

Wiedza na temat najczęstszych problemów zdrowotnych tak dużej grupy zawodowej jest niezwykle ważnym zagadnieniem z punktu widzenia zdrowia publicznego



Jaki jest stan zdrowia nauczycieli w Polsce i jakie mają problemy zdrowotne?

W Polsce nie ma danych dotyczących stanu zdrowia nauczycieli, gdyż ZUS nie analizuje danych z podziałem na grupy zawodowe.

Analizowane są jedynie dane o chorobach zawodowych (Centralny Rejestr Chorób Zawodowych, IMP, Łódź)

Przewlekłe choroby narządu głosu wywołane nadmiernym wysiłkiem głosowym **są chorobą zawodową nauczycieli.**

- przewlekłe choroby narządu głosu (w 2017 roku stanowiły trzecią grupę pod względem liczby zgłaszanych nowych przypadków chorób zawodowych (**242** przypadki))
- w sekcji „Edukacja” (wg Polskiej Klasyfikacji Działalności) zgłoszono **239** przypadków chorób zawodowych (**35** mężczyzn, **204** kobiety)

Świątkowska, Hanke, Szeszenia -Dąbrowska 2018



Jednak wydaje się, że choroby zawodowe to tylko część problemów zdrowotnych nauczycieli.

Aby to sprawdzić realizowaliśmy projekt p.t.

Ocena czynników ryzyka oraz częstości występowania chorób przewlekłych wśród nauczycieli (I.N.01.B)

PROGRAM WIELOLETNI

pn. *„Poprawa bezpieczeństwa i warunków pracy”*

IV etap, okres realizacji: lata 2017-2019

Część B: Program realizacji projektów w zakresie badań naukowych i prac rozwojowych, koordynator CIOP-PIB



Wykonawcy:

Instytut Medycyny Pracy w Łodzi, Zakład Fizjologii Pracy i Ergonomii:

Alicja Bortkiewicz, Marta Dania, Elżbieta Gadzicka, Zbigniew Józwiak, Marcin Kosobudzki, Teresa Makowiec-Dąbrowska, Jadwiga Siedlecka, Agata Szyjkowska, Piotr Viebig

Uniwersytet Łódzki, Wydział Psychologii:

Dorota Merecz-Kot, Wiesław Szymczak

Współpraca

Międzyregionalna Sekcja Oświaty NSZZ Solidarność w Łodzi

Roman Laskowski

Celem ogólnym projektu było wstępne rozpoznanie problemu występowania chorób przewlekłych oraz zawodowych i pozazawodowych czynników ryzyka wśród nauczycieli, w tym nauczycieli wykonujących prace o szczególnym charakterze (m. in. nauczyciele szkół specjalnych).

DEFINICJA

Światowa Organizacja Zdrowia definiuje choroby przewlekłe jako choroby, których czas trwania jest długi, a ich progresja następuje powoli.

Amerykańska agencja NCHS (National Center for Health Statistics) określa chorobę za przewlekłą, jeśli czas jej trwania wynosi 3 miesiące lub więcej.

Amerykańska Komisja ds. Chorób Przewlekłych (The National Commission on Chronic Illness), definiuje choroby przewlekłe jako zaburzenia lub odchylenia od normy posiadające jedną lub więcej cech:

- ✓ długotrwały przebieg
- ✓ ich etiologia, przebieg i leczenie nie są jednoznacznie określone,
- ✓ pozostawiają po przejściu dysfunkcję lub niepełnosprawność,
- ✓ wymagają specjalistycznego postępowania rehabilitacyjnego, nadzoru, obserwacji lub opieki.

Do najistotniejszych schorzeń przewlekłych należą:

- ✓ **choroby układu krążenia** (choroba niedokrwienna serca, nadciśnienie tętnicze, choroby naczyń mózgowych, w tym udar mózgu),
- ✓ **przewlekłe choroby układu oddechowego,**
- ✓ **nowotwory,**
- ✓ **cukrzyca,**
- ✓ **otyłość,**
- ✓ **choroby psychiczne,**

- ✓ choroby autoimmunologiczne, choroby kości i stawów (m.in. reumatoidalne zapalenie stawów),
- ✓ padaczka,
- ✓ osteoporoza,
- ✓ stwardnienie rozsiane,
- ✓ HIV/AIDS (stała się chorobą przewlekłą w latach 90. dzięki nowoczesnemu leczeniu)

wg Światowej Organizacji Zdrowia (WHO)

1. Choroby przewlekłe są odpowiedzialne za **60%** wszystkich zgonów na świecie - szacuje się, że w **2020 r. będzie to 72%**
2. Corocznie z powodu chorób przewlekłych umiera **17 mln. osób**
3. **80%** zgonów z powodu chorób przewlekłych występuje w krajach o niskim i średnim dochodzie
4. Prawie połowa zgonów z powodu chorób przewlekłych występuje u osób poniżej **70. roku życia**
5. Choroby przewlekłe dotyczą w niemal takim samym stopniu kobiet i mężczyzn

- ✓ Choroby przewlekłe stanowią duży problem zarówno w wymiarze indywidualnym, jak i społecznym oraz ekonomicznym.
- ✓ Większość z tych chorób systematycznie obniża sprawność fizyczną i zdolność do pracy.

6. Do głównych czynników ryzyka chorób przewlekłych zalicza się:

- ✓ **niezdrową dietę**
 - ✓ **brak aktywności fizycznej**
 - ✓ **palenie tytoniu** (palenie tytoniu jest przyczyną co najmniej **5 mln** zgonów rocznie)
- } 1 miliard dorosłych i 22 mln. dzieci poniżej 5. roku życia ma nadwagę

7. Jeśli zostaną wyeliminowane główne czynniki ryzyka chorób przewlekłych, to będzie można zapobiec co najmniej **80%** chorób serca, udaru mózgu i cukrzycy oraz **40%** nowotworów złośliwych.



Choroby przewlekłe i czynniki ryzyka u badanych nauczycieli

Aby wybrać grupę do badań losowanie przeprowadzono metodą warstwową, gdzie warstwami były:

- ✓ **typ szkoły**
- ✓ **wielkość miejscowości będącej siedzibą szkoły**

Z rozmów z nauczycielami wynikało, że typ szkoły stawia różne wymagania nauczycielom, a także środowisko, w którym znajduje się szkoła również może wpływać na poczucie obciążenia pracą

Warstwami były grupy nauczycieli w zależności od rodzaju szkoły i wielkości miejscowości będącej siedzibą szkoły.

W ramach warstw używano próby prostej w celu wyboru szkół.

Typ szkoły:

- ✓ szkoła podstawowa,
- ✓ gimnazjum,
- ✓ szkoła średnia,
- ✓ szkoła specjalna lub ośrodek wychowawczy.

Wielkość miejscowości będącej siedzibą szkoły:

- ✓ wieś,
- ✓ małe miasto (≤ 5000 mieszkańców),
- ✓ duże miasto (> 5000 mieszkańców),
- ✓ Miasto wojewódzkie - Łódź

Przygotowano 650 zestawów ankiet i rozprowadzono w szkołach województwa łódzkiego zgodnie z wynikami losowania.

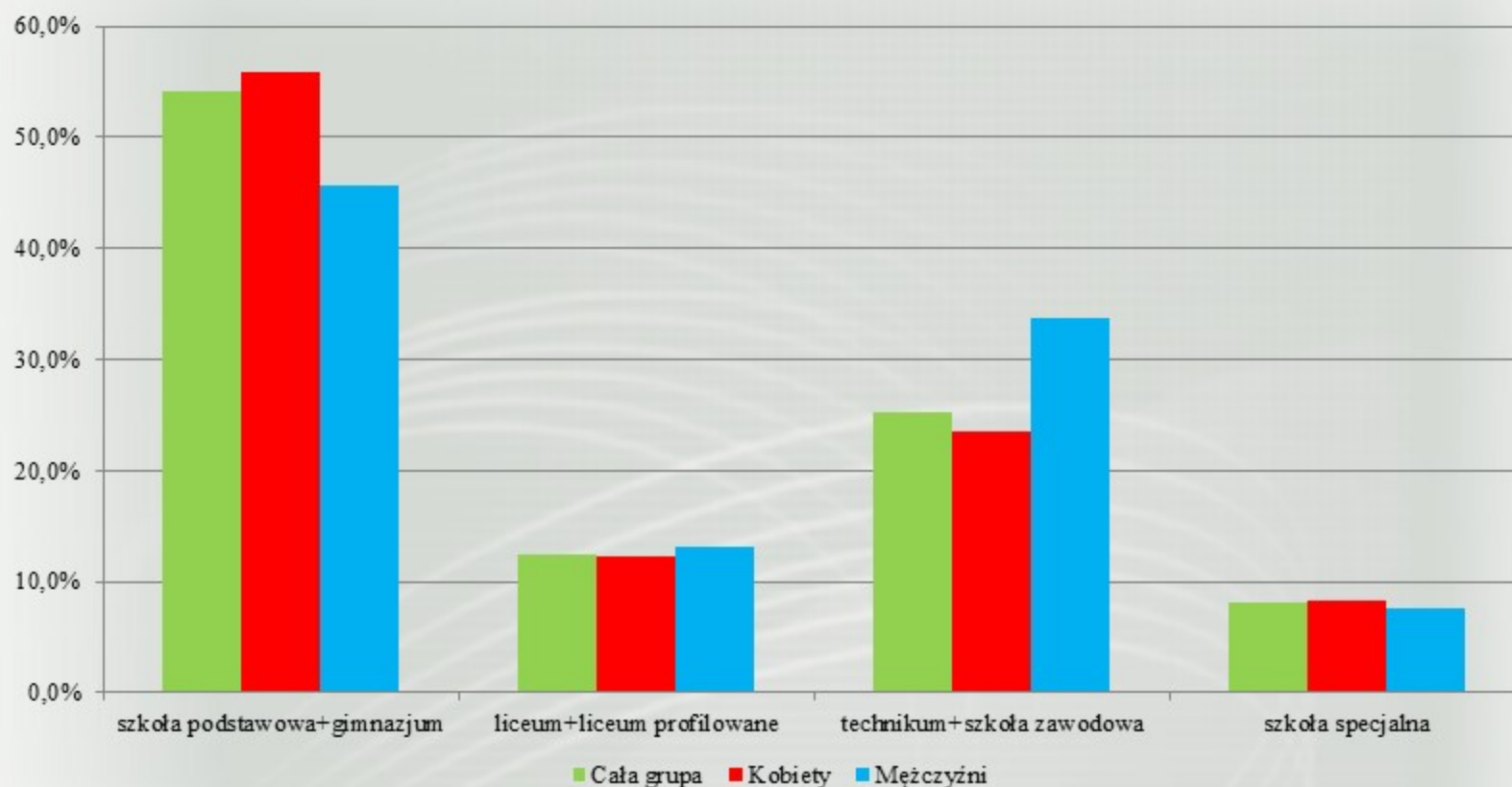
W badaniu wzięło udział **416 osób (64%)**:

✓ 345 kobiet (83%) w wieku $47,6 \pm 8$ (24-67 lat),

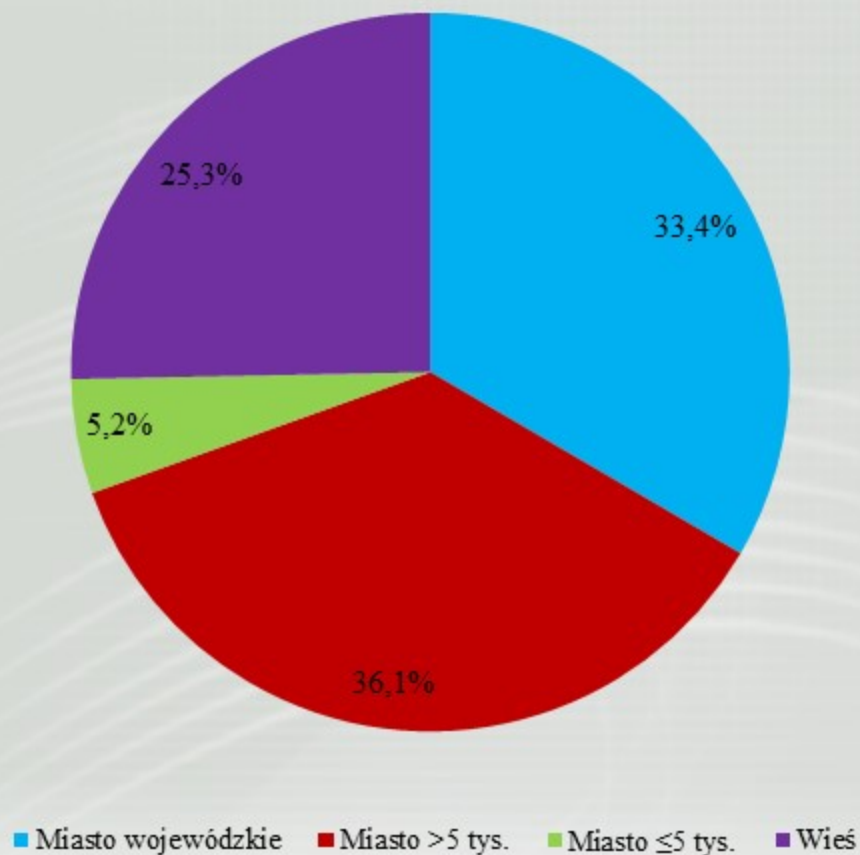
✓ 71 mężczyzn (17%) $47,5 \pm 9$ (24-63 lata)

Badanie anonimowe

Odsetek badanych osób w poszczególnych typach szkół

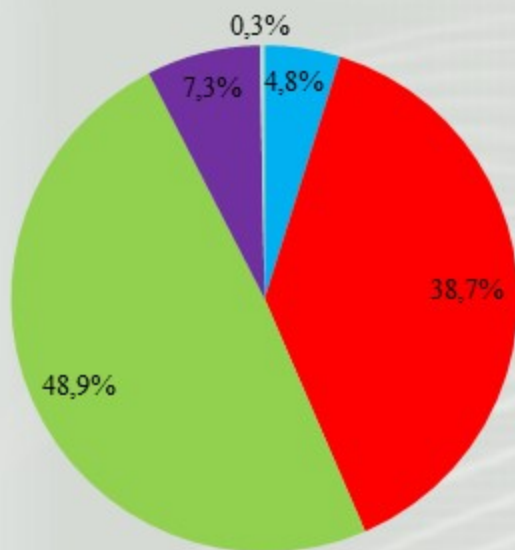


Miejsce pracy badanych osób wg wielkości miejscowości

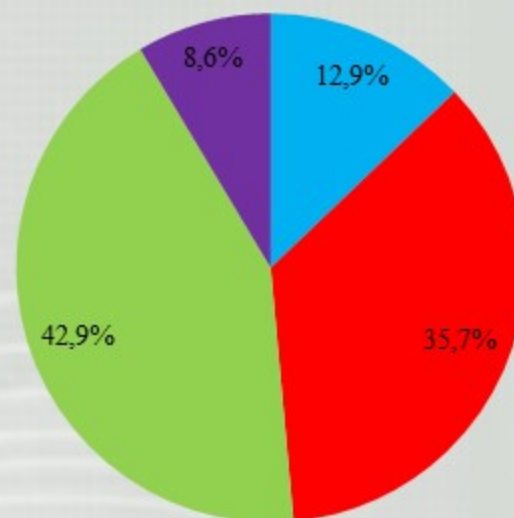


Ocena stanu zdrowia

Kobiety



Mężczyźni



■ Bardzo dobre ■ Dobre ■ Średnie ■ Raczej złe ■ Bardzo złe ■ Bardzo dobre ■ Dobre ■ Średnie ■ Raczej złe ■ Bardzo złe

Znacznie gorzej oceniany był stan zdrowia w porównaniu z populacją generalną –bardzo dobre lub dobre (44,4% vs. 67%)

Wybrane dolegliwości / choroby przewlekłe w badanej grupie

	Cała grupa	Kobiety	Mężczyźni
Bóle odcinka lędźwiowego (dolnej partii pleców)	42,1	42,2	41,4
Bóle odcinka szyjnego	29,0	30,8*	20,0
Powtarzające się infekcje dróg oddechowych	31,4	32,6	25,7
Nadciśnienie tętnicze	20,1	18,8	28,6*
Choroby narządu wzroku	19,5	19,9	17,1
Migrena	15,3	17,6*	4,3
Choroba wieńcowa	2,7	2,9	1,4
Otyłość	9,5	9,7	8,6
Cukrzyca	1,7	1,5	2,9

Klasyczne czynniki ryzyka chorób przewlekłych w badanej grupie

Dieta

- ✓ 3 posiłki dziennie - **42%**
- ✓ 4 posiłki dziennie – **39,5%**
- ✓ 5 posiłków – **11,8%**

Nawyk pojadania między posiłkami **75%** (najczęściej owoce, orzechy, warzywa, nasiona)

- ✓ **2%** badanych – dieta umiarkowanie niezdrowa ze słabo zaznaczonym wpływem protekcyjnych cech
- ✓ **22,3%** -wyraźna przewaga cech prozdrowotnych
- ✓ Pozostałe osoby- dieta o natężeniu cech w równym stopniu niezdrowych i prozdrowotnych

Palenie tytoniu

W całej grupie tylko 33 osoby (8% kobiet i 10% mężczyzn) podawały, że palą papierosy, średnio 5 sztuk dziennie

Aktywność fizyczna

✓ Wysoki poziom **13,6%** 13,5% kobiet,
14,3% mężczyzn

✓ Wystarczający **38,4%** 36,7% kobiet
47,1% mężczyzn

Chodzenie - 60 min/dzień

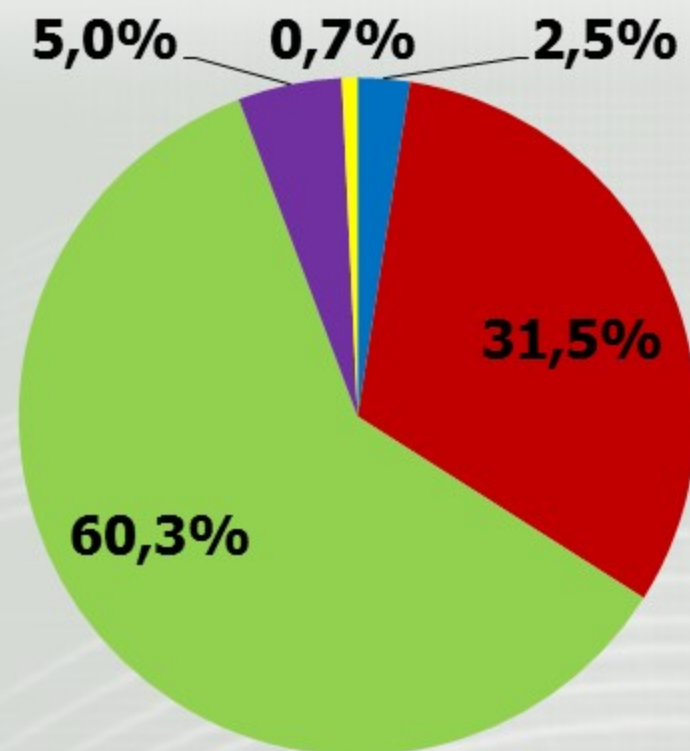
Siedzenia - 233 min/dzień

Istotnie więcej nauczycieli z **większych miast** w porównaniu z małymi miastami i ośrodkami wiejskimi miało aktywność wystarczającą

Spożycie alkoholu

- ✓ **86,8%** badanych –nie pije w ogóle mocnego alkoholu
- ✓ 64,1% badanych –nie pije wina
- ✓ 75,3% badanych - nie pije piwa

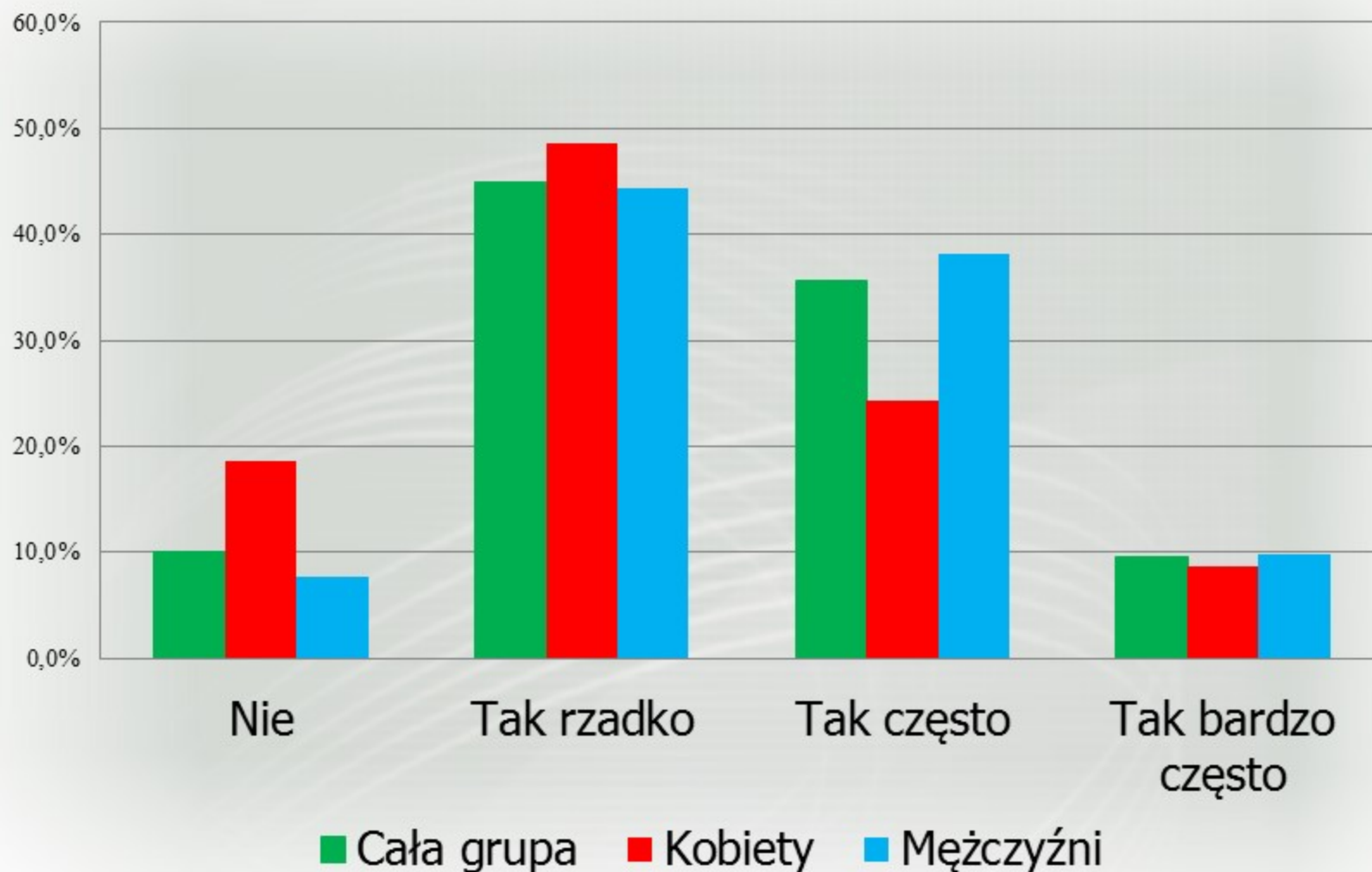
Sytuacja materialna w badanej grupie



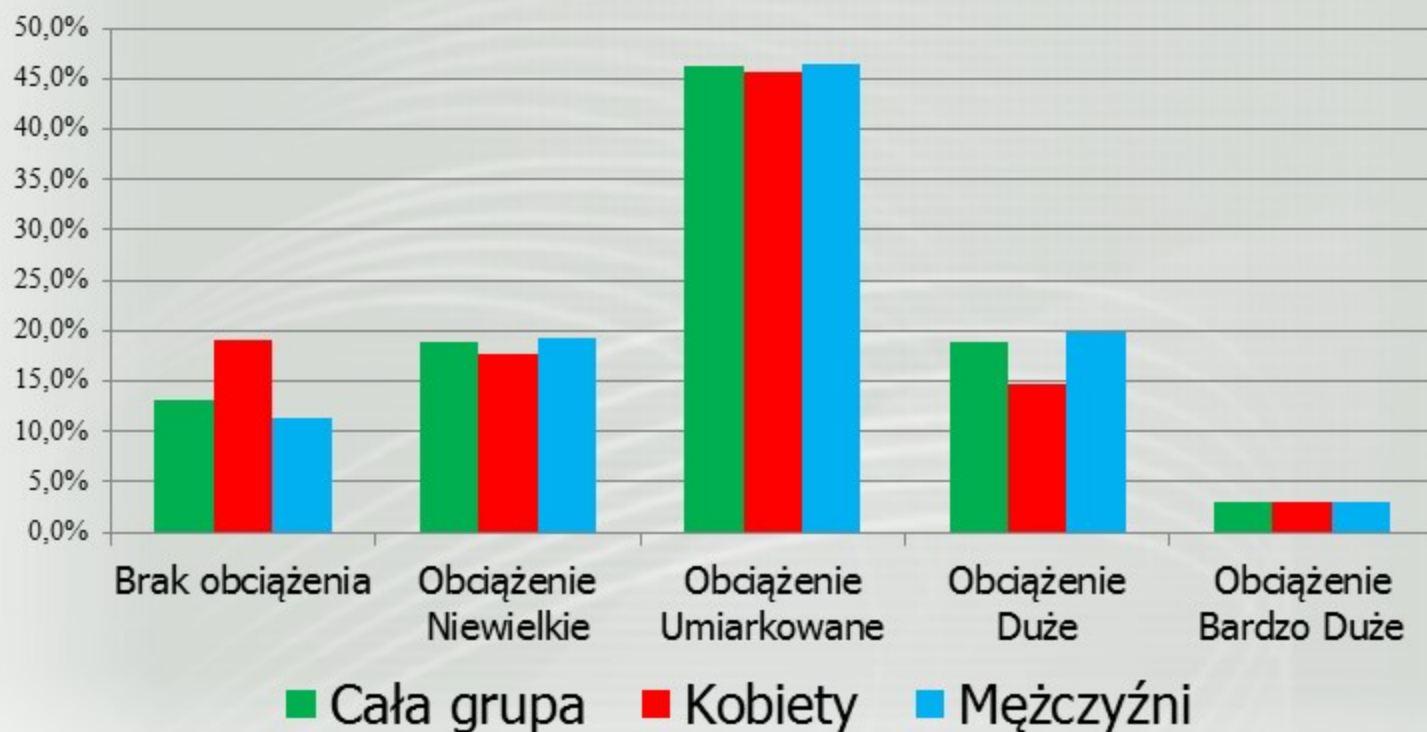
■ Barzdo dobra ■ Dobra ■ Średnia ■ Raczej zła ■ Bardzo zła



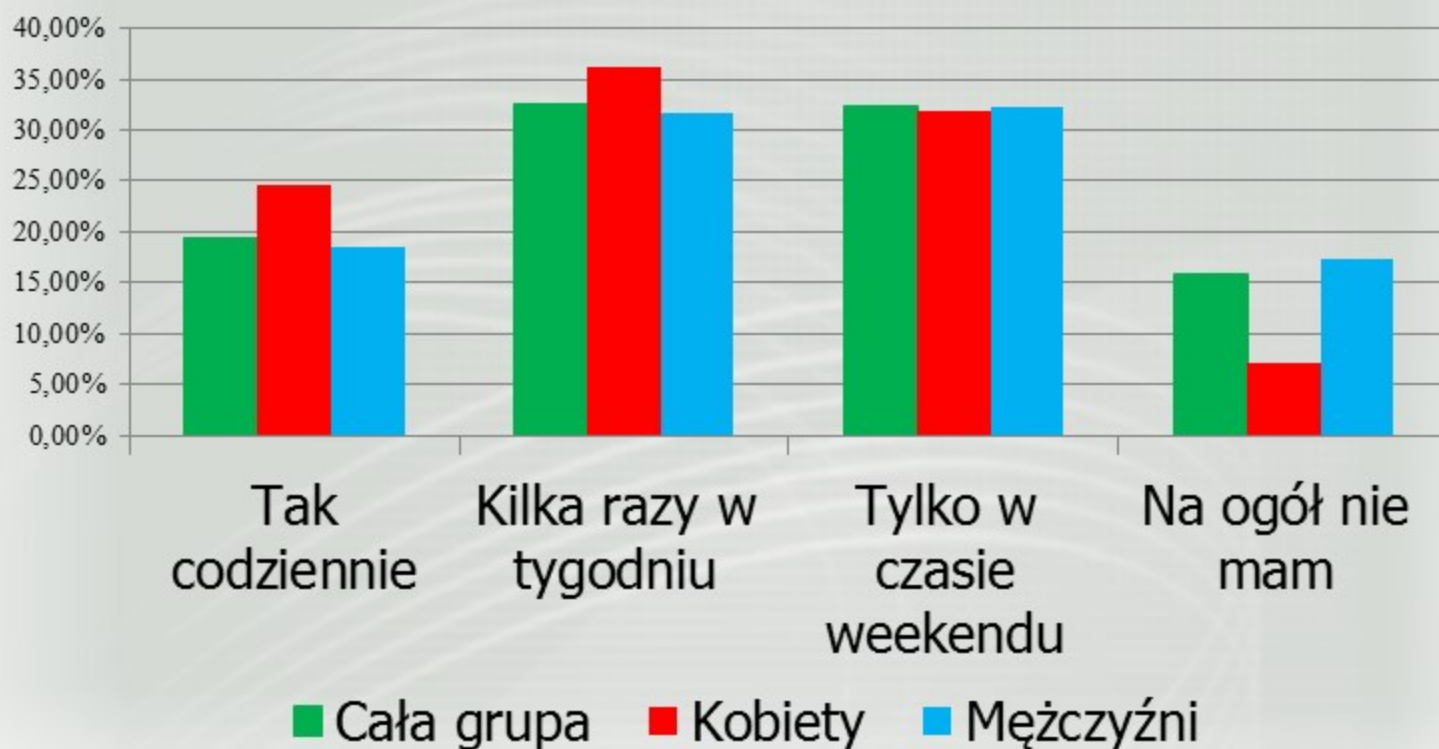
Poczucie stresu nie związanego z pracą w badanej grupie



Obciążenie obowiązkami pozazawodowymi w badanej grupie



Czas wolny do swojej dyspozycji w badanej grupie



Fizyczne czynniki szkodliwe i uciążliwe w miejscu pracy

- ✓ Hałas zmuszający do głośniejszego mówienia - **50,5%**
- ✓ Praca przy komputerze- **45%**
- ✓ Konieczność korzystania z telefonu komórkowego w procesie dydaktycznym – **34%**
- ✓ Konieczność korzystania z internetu - **30%**
- ✓ Brak dostępu do nowoczesnych sprzętów i urządzeń technicznych **19,2%** (istotnie więcej kobiet **21,4** vs. **8,6%**)

Nie było różnic związanych z typem szkoły i lokalizacją



Czynniki psychologiczne i organizacyjne w pracy badanych nauczycieli

	Kobiety	Mężczyźni
Presja czasu	18,5%	37,1%*
Praca w nadgodzinach	34,3%	41,4%
Poczucie wzrastającego obciążenia	51,4%*	32,8%
Brak proporcji między osiągnięciami a szacunkiem	37,5%	44,8%
Pensja nie proporcjonalna do wkładu pracy	54,2%*	35,%



Czynniki psychologiczne i organizacyjne w pracy badanych nauczycieli (bardzo obciążające)

	Kobiety	Mężczyźni
Biurokracja	40,8%*	25,8%
Przeładowane programy nauczania	32,8%*	20,5%
Zbyt duża liczba uczniów	15,3%	12,3%
Zbyt mały wpływ na to co realizuję w placówce	18,3%	19,4%
Obawa utraty pracy	13,7	14,2



Ranking obciążeń organizacyjnych występujących w środowisku pracy nauczycieli (*opracowanie J. Pyżalski. 2010*)

1. Zarabiam niewspółmiernie mało do nakładu pracy

2. Programy i plany nauczania są przeładowane

3. Mam zbyt mały wpływ na to, co realizuję w placówce

4. Pomieszczenia socjalne dla pracowników są niezadowalające

5. Zajmuję się zbyt dużą liczbą uczniów

6. Moi współpracownicy rywalizują ze mną.

7. Moi przełożeni nie wspierają mnie

8. Moi współpracownicy nie pomagają mi

- ✓ Nauczyciele **liceum** istotnie częściej oceniali swoje szanse na powodzenie w pracy jako złe, mimo wysiłków i osiągnięć
- ✓ **42%** nauczycieli **liceum** nie uzyskiwało wsparcia w trudnych sytuacjach
- ✓ **32,4%** nauczycieli **liceum** negatywnie oceniało rywalizację między współpracownikami
- ✓ **22%** uważało, że są traktowani gorzej niż koledzy
- ✓ Nauczyciele **liceum** zgłaszali najwyższy poziom stresu (wg Cohena)
- ✓ **23,8%** nauczycieli **liceum** denerwowała konieczność wykonywania pracy w nieprzekraczalnych terminach



- ✓ **30%** nauczycieli **szkół specjalnych** odczuwało brak wsparcia przełożonych
- ✓ Najwięcej nauczycieli **szkół specjalnych** odczuwało swoją pracę jako coraz bardziej obciążającą
- ✓ **55%** nauczycieli w **szkołach specjalnych**, istotnie więcej niż w pozostałych, odczuwało zagrożenie agresją fizyczną ze strony uczniów
- ✓ Nauczyciele **szkół specjalnych** zgłaszali wysoki poziom stresu (wg Cohena)
- ✓ **13%** nauczycieli **szkół specjalnych** uważało, że ich praca wymaga wysiłku fizycznego

- ✓ 31,5% nauczycieli na **wsi** czuło się zagrożonych utratą pracy
- ✓ 35,4% nauczycieli na **wsi** czuło się zagrożonych zmniejszeniem etatu
- ✓ Nauczyciele z **mniejszych miast i wsi** istotnie krócej przebywali na zwolnieniu lekarskim w porównaniu z nauczycielami w Łodzi (3,4 vs. 14,3 dni).

Analiza oceny wpływu aktualnego stanu zdrowia na zdolność do pracy wykazała:

- ✓ około 1/3 nauczycieli uważała, że aktualny stan zdrowia nie upośledza ich zdolności do pracy,
- ✓ 1/3 osób odczuwała, że praca jest obecnie bardziej uciążliwa, oraz, że czasami musi zwalniać tempo pracy.

Nie było istotnych różnic w zależności od płci, typu szkoły ani wielkości miejscowości, w której pracowali nauczyciele.

Mimo istotnych obciążeń czynnikami fizycznymi, psychologicznymi i organizacyjnymi większość badanych osób (54,1%), bez względu na płeć czerpało zadowolenie ze swoich codziennych zajęć "*często*", a stan taki "*czasami*" odczuwało 31,8% badanych.

Nie było istotnych różnic w zależności od rodzaju szkoły ani wielkości miejscowości, w której pracowali

Badanie nasze pozwoliło określić profil i częstość występowania czynników zawodowych

i pozazawodowych oraz chorób przewlekłych wśród nauczycieli w zależności przede wszystkim od płci, typu szkoły i miejscowości w województwie łódzkim

Celowym wydaje się przeprowadzenie takiego modelu badania w całej Polsce, ze względu na duże różnice regionalne, które są wskazywane w różnych badaniach zdrowia Polaków.



Terytorialne zróżnicowanie zapadalności na choroby narządu głosu wśród pracujących w edukacji w Polsce w 2017 r.

Profil nauczyciela w naszym badaniu

- Jest kobietą
- Średni wiek ok. 47 lat,
- Wykształcenie wyższe
- BMI w normie

Praca

- hałas - 50%
- praca przy komputerze - 45%
- telefon komórkowy - 34%
- Internet - 30%

Stres

- Wysoki poziom
- Zbyt niska pensja - 55%
- Poczucie narastającego obciążenia pracą - 51%
- Biurokracja 41%
- Myślenie o rzeczach, które jeszcze trzeba zrobić - 38%

Dolegliwości

- Bóle odcinka szyjnego kręgosłupa - 31%
- Migrena - 17%

Styl życia

- palenie - 10% osób
- wystarczająca aktywność fizyczna w czasie wolnym od pracy - 37%
- Umiarkowanie prawidłowa dieta
- Alkohol - 13% osób

Absencja chorobowa - 10 dni/rok



Zadowolenie z pracy 54%



Dziękuję za uwagę