



CPS, de nieuwe arbeidsgeneeskunde

Sinds maart 1999 heeft de NMBS een "externe dienst" voor preventie en bescherming. De vroegere arbeidsgeneeskundige dienst is een eenheid geworden, volledig onafhankelijk van de afdeling bedrijfsgeneeskunde van de PS.

Deze onafhankelijkheid was een exclusieve voorwaarde om de nodige erkenning als externe dienst te bekomen vanwege het ministerie van tewerkstelling en arbeid.

CPS profileert zich naar de werkgever en de werknemer als een dynamische, multidisciplinaire, onafhankelijke dienst, zoals wettelijk voorzien. CPS wil, in samenwerking met de dienst voor preventie en bescherming, het welzijn van de werknemers van de NMBS bevorderen.

Stressbeheersing

CPS liet voor het eerst van zich horen binnen de NMBS, door een seminarie op 21 en 28 september te organiseren rond het thema "Stress en werk". Het doel was om managers, arbeidsgeneesheren, en preventieadviseurs te sensibiliseren voor de psychosociale aspecten verbonden aan het beroepsleven.

Naast de klassieke beroepsziekten komen beroepsgebonden aandoeningen (work-related diseases) steeds vaker voor. Een ernstig fenomeen, dat in de toekomst ongetwijfeld zal toenemen, veroorzaakt wordt door een verhoogde psychosociale belasting en tot uiting komt als stress, alcoholisme op het werk en overspanning. CPS heeft besloten om aandacht te besteden aan de fysieke, mentale, sociale en organisatorische stressfactoren (op het werk).

Investeren in een goed preventief beleid levert iets op voor elk bedrijf. Het is onvoldoende om de symptomen te bestrijden, ook de oorzaken moeten worden aangepakt. De verantwoordelijkheid ligt grotendeels bij de bedrijven zelf. Preventieadviseurs van CPS kunnen enkel raad geven en motiveren, het is aan ieder van ons om te vechten tegen de oorzaken van stress.

Een juiste beschrijving van stress

Stress ontstaat als er hogere eisen aan je worden gesteld dan je aankunt. Als er tegenstrijdigheid is tussen je werkdruk en je persoonlijke mogelijkheden. Stress op zich is niet negatief, dat wordt het pas als de spanning zo hoog oploopt dat ze als negatief wordt ervaren. Ook onderbelasting kan stresserend werken. Mensen met grote ambitie aan wie te lage eisen worden gesteld, kunnen ook aan stress lijden.

Wat sterk meespeelt bij de ontwikkeling van stress, is de mate waarin je de stress onder controle hebt en kunt regelen, en het recht hebt om zelf beslissingen te nemen. Je hoort vaak ten onrechte zeggen dat de ene nu eenmaal stressbestendig is en de andere niet. De persoonlijkheid speelt helemaal niet zo'n grote rol. Als de eisen heel hoog liggen en de mate van controle heel laag, dan hebben de meeste mensen last van stress. Het is dan ook een groot misverstand dat stress voornamelijk zou voorkomen bij mensen die veel verantwoordelijkheid dragen, zoals managers. Deze hebben het vaakst totale controle en ze kunnen piekmomenten compenseren door kalmere periodes. Dit is zeer belangrijk, want de duur van de stressperiode weegt zwaarder door dan de intensiteit van de stress. Chronische stress, zonder enige mogelijkheid om uit te rusten, is nefast. De sociale controle (d.w.z. de manier waarop de professionele omgeving invloed heeft op een persoon) kan het zeer negatieve effect van hoge eisen gekoppeld aan lage controle verzachten.

Het meest vatbaar voor stress zijn personen met veel werklast en geen regelruimte, zeker degenen met de minst nobele jobs. Die mensen blijken in hun vrije tijd meestal weinig actief te zijn, waardoor het risico voor hun gezondheid nog groter wordt. Niet dat zulke mensen lui zijn, hun gedrag ontwikkelt zich ten gevolge van het werk.



Preventie

De noodzaak voor stresspreventie zal toenemen in onze socio-economische wereld. Steeds minder mensen zullen steeds méér werk moeten doen. Ook werklozen zullen onder stress komen te staan. Vanuit macro-economisch standpunt is investeren in stresspreventie zeer lonend. Sommige onderzoekers pleiten daarom voor een health audit in bedrijven: welke factoren in een organisatie kunnen de gezondheid verzwakken? Natuurlijk blijft ook individueel stressmanagement belangrijk.

De Europese en Belgische regelgevingen geven duidelijk aan dat de werkgever hier aandacht aan moet besteden.

Sinds 1996 is er in België een wet op het welzijn van de werknemers, waarin onder andere de verantwoordelijkheid van een bedrijf voor de psychologische druk van de werknemers aan bod komt. Privé-initiatieven leiden nu al naar de opbouw van een nationaal beleid op dit vlak. Binnen de overheidsdiensten en instellingen bestaat er nog niets. CPS is bereid om, in samenwerking met de CCE Veiligheid en Milieu, elke zorgzame verantwoordelijke van een eenheid te ondersteunen bij de risicoanalyse en hem te adviseren bij de keuze van een stresspreventiebeleid.

Meer dan stress alleen

De activiteiten van CPS gaan verder dan alleen de preventie van stress. Ook in andere domeinen wordt hun bijdrage aan het gezondheidsbeleid geconcretiseerd, zoals de campagne "Stoppen met roken" in het atelier van Mechelen. Roger Mariën zegt: "De arbeidsgeneeskundige dienst heeft ons begeleid bij deze campagne. Er zijn verschillende werknemers die met steun van deze dienst gestopt zijn met roken. Jammer dat deze campagne niet werd verlengd." Op individuele basis blijft CPS deze campagne opvolgen bij de jaarlijkse medische onderzoeken.

In verband met elektromagnetische stralen zegt Dr. Bryon, arbeidsgeneesheer met erkenning in de radioprotectie, het volgende: "Bij de werknemers bestaat er angst voor de schadelijke effecten van elektromagnetische velden veroorzaakt door de nieuwe antennes die overal worden geplaatst door GSM-operatoren. CPS heeft preventieadviseurs en arbeidsgeneesheren alle wetenschappelijke en meest

Het team van de nieuwe dienst arbeidsgeneeskunde. Hun doel: stresspreventie en bijdragen tot het gezondheidsbeleid.

recente gegevens bezorgd over de effecten van elektromagnetische stralen op de gezondheid. Wij hopen dat deze informatie, die gegeven werd op een seminarie, zal doorstromen naar alle geïnteresseerden."

Dr. Lamon zegt: "We hebben campagnes georganiseerd voor vaccinaties op verplichte of op vrijwillige basis. Dit jaar hebben wij bijvoorbeeld griepvaccinaties georganiseerd in meerdere bedrijfseenheden. Dit gebeurde in samenwerking met de dienst veiligheid en de verantwoordelijken van de eenheden."

Dit is alleen maar een kleine greep uit alles wat de CPS te bieden kan hebben. De dienst is bereid om nog meer te doen, samen met het management van de onderneming, om in de mate van het mogelijke de problemen op te lossen.

