

## TYÖTERVEYSHUOLLON ROOLI UNIAPANEAPOTILAIDEN SEURANNASSA

### LAKISÄÄTEISEN TYÖTERVEYSHUOLLON TARKASTUKSISTA JA TYÖKYVYN ARVIOIMISESTA

Työterveyshuollon tehtäviin kuuluu olennaisena osana työntekijöiden työkyvyn tukeminen ja parantaminen. Varhaisen tuen periaatteiden mukaisesti työterveyshuollon tulee muun muassa terveystarkastusten kautta varmistaa, onko henkilö sopiva tiettyyn työtehtävään. Sopivuudella tarkoitetaan, että henkilön terveydentila on sellainen, että hänelle ei aiheudu työstä terveydellistä vaaraa eikä hän aiheuta vaaraa toisten henkilöiden turvallisuudelle. Tavoitteena on löytää työkykyä heikentävät tai uhkaavat sairaudet mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, jotta hoidolla ja mahdollisella työn sovittamisella voidaan tukea työkyvyn ja terveyden ylläpitämistä ja parantumista. Terveystarkastuksilla myös seurataan työntekijän työssä selviytymistä ja vaikutetaan työntekijän terveyden ja työkyvyn ylläpitämiseen sekä edistämiseen.

Tarkastukset voidaan jakaa tarkastuksen tarpeen perusteella neljään ryhmään. Terveystarkastuksia voidaan tehdä 1) työn aiheuttaman terveydellisen vaaran vuoksi, 2) työstä johtuvien terveydellisten vaatimusten ja muiden työntekijän yksilöllisten ominaisuuksien vuoksi, 3) erityisalojen (esimerkiksi turvallisuus- ja liikenneammatit) turvallisuusnäkökohtien vuoksi sekä 4) terveyden ja työkyvyn seuraamiseksi, ylläpitämiseksi ja parantamiseksi. Edellä 1–3 kohdissa tarkoitettuihin terveystarkastuksiin osallistuminen on säädetty laissa.

Hyvän työterveyshuoltokäytännön periaatteista, työterveyshuollon sisällöstä sekä työterveyshuollon ammattihenkilöiden ja asiantuntijoiden koulutuksesta annetun valtioneuvoston asetuksen 10 §:n mukaan terveystarkastus on tehtävä muun muassa työntekijän työskennellessä erityistä sairastumisen vaaraa tai tapaturmavaaraa aiheuttavissa työtehtävissä, normaalista poikkeavien työvuorojen tai yötyön sitä edellyttäessä, työn terveydellisten erityisvaatimusten perusteella sekä sairausvaiheiden yhteydessä työntekijän terveydentilan ja työkyvyn sitä edellyttäessä.

Työterveyshuoltolain mukaisia terveystarkastuksia tehdään sekä työhön sijoitettaessa että työuran eri vaiheissa työ- ja toimintakyvyn selvittämiseksi työstä aiheutuvien, terveydentilaan kohdistuvien vaatimusten vuoksi (korvausluokka 1 toimintaa). Viimeisimpänä uudistuksena lakisääteisien työterveyshuollon sisältö laajeni vuoden 2012 sairausvakuutuslain ja työterveyshuoltolain muutosten myötä työkyvyn varhaiseksi tukemiseksi. Vuonna 2013 voimaan tulleen asetuksen myötä lakisääteiseen työterveyshuoltoon tuli lisäksi velvoite tukea työntekijän työllistymiskykyä sekä terveystarkastusten että neuvonnan ja ohjauksen keinoin. Osatyökykyisten työntekijöiden kohdalla tarvitaan lakisääteiseen työterveyshuoltoon kuuluvina käyntejä työterveyshuollossa, jotta työterveyslääkäri voi arvioida työkykyä, sairauden tai oireen vaikutusta työkykyyn ja työhön paluun mahdollisuuksia.

Liikenneammattilaisten työ sisältää usein työn vaatimusten asettamia erityisiä terveysvaatimuksia kuten kyvyn hyvästä vireyden ylläpitämisestä. Liikenneammatteluihin sisältyy usein erityistä sairastumisen vaaraa aiheuttavaa yötyötä. Näissä tilanteissa työntekijät kuuluvat työterveyshuoltolain mukaisten terveystarkastusten piiriin. Lisäksi ammattikuljettajien työhön liittyy erityinen tapaturman vaara, jonka suuruuteen ja vakavuuteen vaikuttavat sääolosuhteet, vuorokauden aika ja kuljetettava kalusto. Työturvallisuuslain mukaisesti työnantajalla on yleinen huolehtimisvelvollisuus ja vastuu työturvallisuudesta, liikenneammateissa myös liikenneturvallisuudesta. Erityistä vaaraa sisältävissä töissä (esim. liikenneturvallisuusriskien vuoksi) voi toimia työturvallisuuslain mukaan (11§) vain siihen pätevä ja henkilökohtaisten edellytysten puolesta tehtävään sopivaksi arvioitu henkilö. Tämä pitää sisällään myös terveydellisen sopivuuden.

Ammattikuljettajien osalta työn edellyttämiä terveysvaatimuksia sääntelevät lisäksi EU-direktiivin ajoterveysvaatimukset, ajokorttilaki, tieliikennelaki ja Trafin ajoterveyden arviointiohjeet. Lisäksi muilla liikennealoilla kuten ilmailussa, raide- ja meriliikenteessä on omia liikennetoimijoiden terveydentilavaatimuksia asettavia erillislakeja.

Työterveyslain mukaisesti työterveyshuollon tehtäviin kuuluu myös 12 §:n mukaisesti vajaakuntoisen työntekijän työssä selviytymisen seuranta ja edistäminen työntekijän terveydelliset edellytykset huomioon ottaen, kuntoutusta koskeva neuvonta ja hoitoon tai lääkinnälliseen tai ammatilliseen kuntoutukseen ohjaaminen.

*Työterveyshuoltolaki (1383/2001)* <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20011383>

*Työturvallisuuslaki (738/2002)* <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2002/20020738> on työn tekemisen turvallisuutta sääntelevä yleislaki, jossa säädetään esimerkiksi työnantajan yleisestä huolehtimisvelvollisuudesta, työn vaarojen selvittämisestä ja arvioinnista, erityistä vaaraa aiheuttavasta työstä, työympäristön ja työn suunnittelusta, työntekijöille annettavasta opetuksesta ja ohjauksesta sekä henkilönsuojainten käytöstä.

*Valtioneuvoston asetus hyvästä työterveyshuoltokäytännöstä (708/2013)*  
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20130708>

## **UNIAPNEAN SEULONTA JA UNIAPNEAA SAIRASTAVIEN SEURANTA TYÖTERVEYSHUOLLOSSA**

Hoitamaton uniapnea voi muodostaa merkittävän työ- ja liikenneturvallisuusrisikin ja siksi uniapnean seulonta ja hoidon seuranta ovat tärkeitä myös työterveyshuollon työkyvyn tukemisen ja ylläpitämisen tavoitteiden kannalta. Uniapneaa sairastavan on joskus vaikeaa itse tunnistaa taudin aiheuttamaa poikkeavaa väsymystä. Osalla uniapneapotilaista on kognitiivisen toimintakyvyn huonontumista (esim. tarkkaavuuden ylläpitämisessä, reaktionopeudessa, toiminnanohjauksessa, muistissa ja psykomotorisessa suoriutumisessa), mikä on tutkimusten mukaan yhteydessä työkyvyn heikentymiseen ja lisääntyneeseen onnettomuusriskiin. Hoitamaton uniapnea tulee huomioida myös työturvallisuuden riskitekijänä.

### **SEULONTA**

Erityistä valppautta vaativissa ammateissa tulisi työterveyshuollon terveystarkastuksiin liittää uniapnean seulonta ja riittävän vireydentilan arviointi osana tarkastuksen sisältöä ja tavoitteita. Apuna voidaan käyttää esim. poikkeavaa torkahtamistaipumusta arvioivaa ESS-testiä (Uneliaisuuskyseily Epworth Sleepiness Scale) ja STOP-BANG- seulontakyselyä (STOP-BANG- kysely uniapnean ennakkotodennäköisyyden arvioimiseksi [http://www.terveysportti.fi/dtk/ltk/koti?p\\_artikkeli=ykt00191&p\\_haku=uniapnea](http://www.terveysportti.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=ykt00191&p_haku=uniapnea)). ESS-kyselyä käytettäessä on syytä huomioida, ettei testi ole objektiivinen vireystilan mittari, eikä ESS-kyselyn vähäinen pistemäärä sulje pois kliinisesti merkittävää väsymystä ja vireystilan heikkenemistä. Potilaan väsymystä tulisikin aina ensisijaisesti selvittää haastattelulla. Oirekuvan ja rakenteellisten riskitekijöiden herättäessä epäilyn uniapneataudista, tulee tarkemmat jatkoselvittelyt käynnistää kiireellisinä. Ammattikuljettajien lisäksi muita erityisiä

valppautta vaativia ammattiryhmiä ovat esimerkiksi veturinkuljettajat, lentäjät, meriliikenteen navigoiva henkilöstö ja erilaiset valvomotyöntekijät.

Jos yöpolygrafiassa havaitaan keskivaikea tai vaikea uniapnea tai potilas työskentelee erityistä vireyttä vaativassa ammatissa, hänet lähetetään ensisijaisesti keuhkosairauksien klinikkaan.

## SEURANTA

Jos hoidossa oleva potilas toimii erityistä vireyttä vaativassa ammatissa, CPAP-hoidon onnistumista, tehoa ja hoitoon sitoutumista tulee arvioida säännöllisesti erikoissairaanhoidossa. Seurannassa kiinnitetään erityisesti huomiota uniapnean oireiden häviämiseen, unen laatuun, hoitoon sitoutumiseen (laitteen käyttötunnit), laihdutukseen ja painonhallintaan (painoindeksi), hoitoon liittyviin ongelmiin ja niiden ratkaisuun sekä hoitolaitteen ja lisätarvikkeiden kuntoon. Ehdotonta valppautta vaativien ammattien kohdalla vireystilan korjaantuminen tulee hoitomuodosta (laihdutus, kirurgia, uniapneakisko, CPAP) riippumatta varmistaa objektiivisella vireystilan mittauksella. Vireystilan arvioinnissa voidaan hyödyntää hereillä pysymistestiä (MWT), Oslerin testiä tai vähintään 90 min kestoista terveysperusteista ajokyvyn arviointia. Erityistä vireyttä edellyttävien ammattien kohdalla uniapneapotilaiden terveyttä ja työkykyä on syytä seurata myös työterveyshuollossa, missä huolehditaan samalla riskitekijöiden ja mahdollisten liitännäissairauksien hoitotilanteesta. Työterveyshuollon kautta selvitetään tarvittaessa vuoro- ja yötyötä tekevien mahdollisuudet päivätyön siirtymiseen.

Lievää tautia sairastavien, joilla tautiin ei liity merkittävää päiväaikaista väsymystä, hoito ja seuranta jatkuvat perusterveydenhuollossa. Keskeistä on tukea painonhallintaa ja elämäntapamuutoksia. Osalla lievää uniapnea sairastavista tauti muuttuu vuosien aikana vaikea-asteisemmaksi, jolloin se voi hoitamattomana muodostaa työkykyongelman ja varsinkin ehdotonta valppautta edellyttävissä ammateissa turvallisuusriskin. Siksi lieväasteistakin uniapneatautia sairastavia, ehdotonta vireyttä vaativissa ammateissa toimivia potilaita tulee seurata säännöllisesti 1-2 vuoden välein tehtävillä terveystarkastuksilla riittävän työkyvyn varmistamiseksi ja varhaisen hoidon ja kuntoutuksen käynnistämiseksi (työkyvyn alenemisen varhainen tunnistaminen). Taudin vaikeusasteen muuttuessa vähittäisesti työntekijät voivat tottua väsymykseen tai eivät osaa liittää lisääntyntä väsymystä uniapneasta johtuvaksi (tulkitaan väsymys lähinnä vuorotyöstä, univajeesta, kiireestä tai stressistä aiheutuvaksi). Väsynyt henkilö ei välttämättä itse tunnista väsymyksen heikentävää vaikutusta suorituskykynsä eivätkä liikenneammattilaisetkaan aina miellä väsymystä oleellisena riskitekijänä. Hoitoon hakeutumista voi myös viivästyttää pelko ajo-oikeuden tai työpaikan menettävistä. Kuitenkin varhaisella hoidolla väsymysoireet yleensä korjaantuvat ja uniapneapotilaat voivat jatkaa ammatissaan. Hoidolla ja riskitekijöihin vaikuttamisella voidaan parantaa liikenneturvallisuuden lisäksi liikenneammattilaisten muuta terveydentilaa, työkykyä ja elämänlaatua.

## TYÖKYVYN ARVIOINTI

Työkykyä, sairauspoissaolon tarvetta, työhön paluuta sekä lääkinnällisen ja ammatillisen kuntoutumisen edellytyksiä arvioidaan riittävien selvitysten ja hoitojen jälkeen, näiden päävastuu on työterveyshuollossa. Työkykyarvioissa tarvitaan erikoissairaanhoidon tuottamat arviot ja tiedot hoidon saavutuksista, hoitomyöntyvyydestä ja toimintakykytutkimuksista (esim. objektiiviset vireystilatutkimukset, neuropsykologiset tutkimukset). Erikoissairaanhoidon selvittää toimintakykyä ja ennustetta, työterveyshuolto arvioi työkykyä eli suhteuttaa hoidolla saavutettua toimintakykyä tapauskohtaisesti tarkasteltavana olevan työn vaatimuksiin.

Työterveyshuollon tehtäviä:

- Uniapneaepäilyn toteaminen, perusselvitykset ja lähettäminen erikoissairaanhoidon arvioitavaksi
- Lievää uniapneaa sairastavien hoidon ohjaus ja seuranta sovitusti
- Lihavuuden perushoito ja lyhyt ohjaus, muiden elämäntapamuutosten tukeminen
- Rinnakkaissairauksien hoito (jos sairaanhoidon sopimus)
- Työkyvyn ylläpitämisen tukeminen ja osatyökykyisten/työkyvyn vaarantumisen riskissä olevien työntekijöiden terveydentilan seuranta (lakisääteiset terveystarkastukset)
- Ammatillisen kuntoutuksen arvio yhdessä esh:n kanssa (työntehtävien ja –ajan muutosmahdollisuudet, uudelleen koulutus, työkokeilut)
- Sairasloma- ja työkykyarvio esh:n kanssa (30-60-90 päivän lausunnot)

Työterveyshuollon EL Päivi Miilunpalo