



**Finnish Institute of  
Occupational Health**

# **Nuorena alkaneen astman vaikutus miesten työkykyyn**

**Irmeli Lindström  
Keuhkosairauksien erikoislääkäri  
Työterveyslaitos**

# Työikäisen väestön yleistyvä sairaus

- Astman esiintyvyyden on todettu 12-kertaistuneen vuosien 1966 ja 2003 välillä ja samanaikaisesti astma on muuttunut lievemmäksi ja paremmin kontrolloiduksi.
  - Latvala et al BMJ 2005
- 9%:lla aikuisväestöstä on astma.



# Astma ja työ

- Ammatin vaihto hengitystieoireiden vuoksi on tavallista ja riskitekijöinä sille ovat työperäinen altistuminen hengitysteitä ärsyttävälle tekijöille ja pölylle.

Toren et al Thorax 2008;64:339-344

- Työssä pahenevat astmaoireet ovat tavallisia. Altistuminen pölylle, poikkeaville lämpötiloille, huonolaatuiselle sisäilmalle ja kemikaaleille sekä fyysisesti raskas työ pahentavat oireita.

Saarinen et al ERJ 2003;22:305-309

# Kansallinen astmaohjelma 1994-2004

- Päämääränä opettaa perusterveydenhoidon lääkäreitä ja hoitajia toteamaan ja hoitamaan astmaa
  - sairaseläkkeet astman vuoksi:  
1993 9% ja 2003 1.5%
  - sairaalapäivien lukumäärä laski 54%
  - hoitavien ja avaavien astmalääkkeiden käyttö ja lääkekustannukset lisääntyivät huomattavasti  
Haahtela et al Thorax 2006;61:663-670

# Työkyvyn ulottovuudet

## Työntekijä

## Työ

Fyysinen ja henkinen kapasiteetti

Itsearvioitu työkyky

Sairasloma

Työtehtävät

Työ olosuhteet

Ammatilliset taidot

Työn tai ammatin vaihto

Työttömyys

Ammatilliset roolit

Työpaikan arvot

Sosiaaliset taidot

Sairaseläke

# Miten voidaan vaikuttaa astmaatikkojen työssä pärjäämiseen

Kannusta kouluttautumaan sopivaan ammattiin

Astman säännöllinen seuranta ja hoito

Vieroita tupakoinnista

Vähennä työssä olevaa altistumista astmaa pahentaville tekijöille

# Astman seurantakäynti vähintään 1/vuosi

- Oireet työssä ja kotona
- Yöoireet
- Säännöllinen lääkitys, avaavan lääkkeen tarve
- Pahenemisvaiheet
- Sairaslomat
- Mikä työssä pahentaa oireita
- Muut oireet ja sairaudet

Apuna voi käyttää valmiita kyselykaavakkeita esim.  
**Astmatesti**

1. Kuinka usein astmasi esti sinua toimimasta normaalisti työssä, koulussa ja/tai kotona viimeisten neljän (4) viikon aikana?

Koko ajan	1
Usein	2
Ajoittain	3
Harvoin	4
Ei kertaakaan	5
2. Kuinka usein sinulla on ollut hengenahdistusta viimeisten neljän (4) viikon aikana?

Useammin kuin kerran päivässä	1
Kerran päivässä	2
3-6 kertaa viikossa	3
Kerran tai kaksi viikossa	4
Ei kertaakaan	5
3. Kuinka usein heräsit astman oireisiin (hengityksen vinkuminen, yskä, hengenahdistus, puristava tunne ja/tai kipu rintakehällä) yöllä tai aikaisin aamulla viimeisten neljän (4) viikon aikana?

4 kertaa viikossa tai useammin	1
2-3 yönä viikossa	2
Kerran viikossa	3
Kerran tai kaksi	4
Ei kertaakaan	5
4. Kuinka usein olet käyttänyt lyhytvaikutteista avaavaa lääkettä (Airomir, Bricanyl, Buventol tai Ventoline) viimeisten neljän (4) viikon aikana?

3 kertaa päivässä tai useammin	1
1 tai 2 kertaa päivässä	2
2 tai 3 kertaa viikossa	3
Kerran viikossa tai harvemmin	4
Ei kertaakaan	5
5. Kuinka arvioisit astmasi olleen hallinnassa viimeisten neljän (4) viikon aikana?

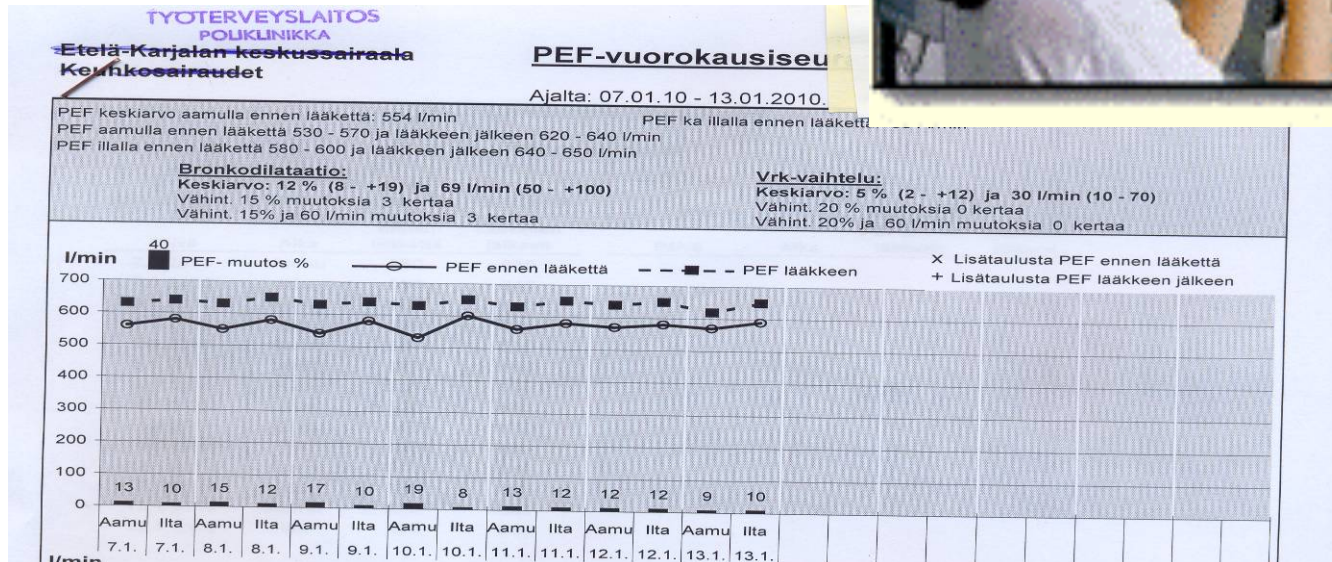
Ei ollenkaan hallinnassa	1
Huonosti hallinnassa	2
Jokseenkin hallinnassa	3
Hyvin hallinnassa	4
Täysin hallinnassa	5

Yhteispisteet: \_\_\_\_\_



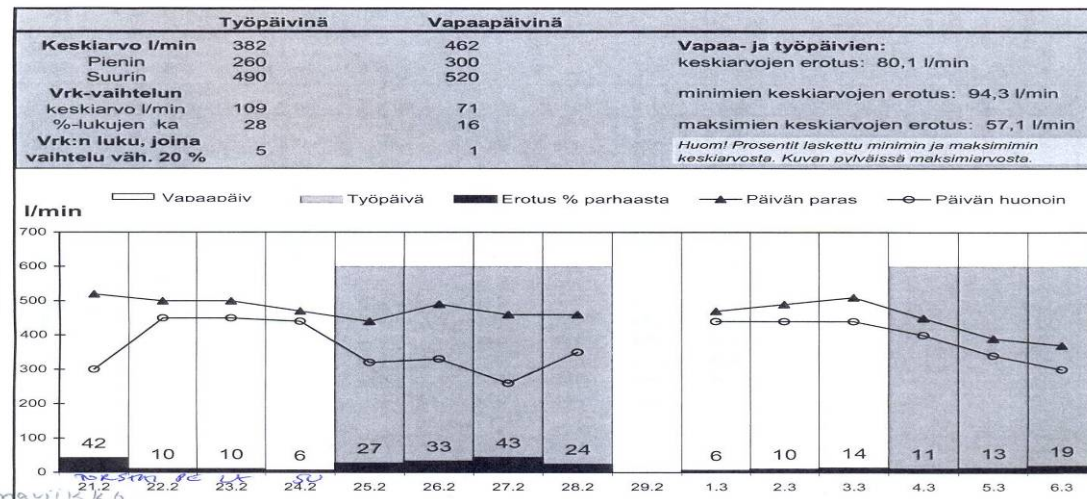
# Tutkimukset:

- Spirometria
- PEF-vuorokausiseuranta
- Poskiontelot
- PEF-työpaikkaseuranta
- Tarvittaessa muu erotusdiagnostiikka



# PEF-työpaikkaseuranta

- Saadaan objektiivinen arvio tilanteesta
- Kaksi viikkoa voi olla riittävä aika
- Tehdään normaalilla astmalääkityksellä
- Teknisesti samat vaatimukset kuin diagnostisella seurannalla
- Työssä paheneva astma näyttää samalta kuin ammattiastma



# Työssä paheneva astma

- Altistuu töissä
  - pölyille, käryille, huuruille
  - herkistävälle tekijöille
  - lämpötilan vaihteluille
  - fyysiselle rasitukselle
  - huonolle sisäilmalle

**Vaikuta altistumiseen :** työhygienia,  
hengityssuojaimet, työnkuvan muokkaaminen,  
työpisteen vaihto



Työterveysneuvottelu

# Ammatillisen kuntoutuksen harkinta

- Jos työssä on selvä altistuminen astmaa pahentaville tekijöille (pölyt, käryt, huurut, fyysinen rasitus. Esim. rakennusalan työt, hitsaus, metallityöt, leipomot, suurkeittiötyö, kasvihuonetyö...).
- Käypä hoito suosituksen mukaisesta hoidosta huolimatta astma on huonossa hoitotasapainossa.
- PEF-työpaikkaseurannassa puhallusarvojen laskua työpäivinä.
- Pysyvän työkyvyttömyyden uhka 5 vuoden kuluttua

## Ammatillinen kuntoutus eläkevakuutusyhtiön kustantamana

## Lopuksi

- Astma on yleinen sairaus työkäisillä ja voi alentaa työkykyä.
- Astmaa sairastavia tulee seurata säännöllisesti ja tunnistaa huonossa tasapainossa oleva astma.
- Työssä olevia astmaa pahentavia tekijöitä tulee vähentää ja muistaa myös ammatillinen kuntoutus.

## KIITOS