



Foto met dank aan KLM/Hollandse Hoogte/Herman Mouters.

Bij vliegtuigbeladers zie je weer heel andere klachten dan bij kantoorpersoneel.

Bedrijfsarts maakt werk van klachten

Een pijnlijke nek of schouder omdat je te lang achter de computer hebt gezeten. Of een vervelend gevoel in je onderrug door zwaar tillen. Als je door deze klachten je werk niet goed kunt doen, is het tijd om een bedrijfsarts te bezoeken. “We helpen werknemers door zelf een behandeling te starten of gericht door te verwijzen naar medisch specialisten, zoals een orthopedisch chirurg”, vertelt Hynek Hlobil, bedrijfsarts bij KLM en bestuurslid van de Nederlandse Vereniging voor Arbeids- en Bedrijfsgeneeskunde (NVAB).

Als je last hebt van lichamelijke of geestelijke klachten, heeft dat invloed op je werkprestaties. Soms zelfs zo sterk, dat je helemaal niet kunt werken. “Tijdens ons spreekuur zien we mensen met allerlei werkgerelateerde problemen. Vaak gebeurt dit op advies van een leidinggevende, maar werknemers kunnen ook op eigen initiatief naar het spreekuur komen. We onderzoeken wat de oorzaak is van de klachten en hun relatie met het werk. Daarbij wegen we alles mee. We kijken niet alleen naar fysieke klachten, maar ook naar de achtergronden. Als iemand rugklachten heeft, kan dat bijvoorbeeld ook een psychische achtergrond hebben. Op basis van deze totale analyse stellen we een diagnose, gevolgd door een advies voor de behandeling.”

Onafhankelijk

Hlobil wil meteen het beeld wegnemen dat een bedrijfsarts er alleen is in het belang van de werkgever. “We beoordelen

werknemers en hun werksituatie als onafhankelijk adviseur. We werken in opdracht van een bedrijf, maar we kijken altijd objectief naar een klacht. Natuurlijk streven we ernaar om iemand zo snel en zo goed mogelijk te laten deelnemen aan het arbeidsproces. Daarbij kan een aanpassing van de werkomstandigheden of werkbelasting een belangrijke rol spelen. Dat is in ieders belang, zeker ook in dat van de werknemer. Werk is namelijk een middel om inkomen te behouden.”

Samenwerken

Een bedrijfsarts verricht dus net als een huisarts zorg in de eerste lijn. “Het herstel van kleine kwalen begeleiden we zelf, voor specifieke klachten verwijzen we door naar een specialist. Sinds ruim drie jaar hebben geregistreerde bedrijfsartsen ook formeel een verwijfsfunctie naar tweedelijns medisch specialisten. Zo hebben we ook contact met orthopeden als het gaat om aandoeningen aan het steunen bewegingapparaat.”

Richtlijnen

In hun aanpak gaan bedrijfsartsen zoveel mogelijk te werk volgens richtlijnen die door het kwaliteitsbureau van koepelorganisatie NVAB zijn ontwikkeld. Een richtlijn is uitgewerkt volgens het ‘evidence based’ principe. Dat wil zeggen dat deze aansluit bij de laatste wetenschappelijke inzichten. “Het doel hiervan is optimaal functieherstel bewerkstelligen en reïntegratie van zieke werknemers bevorderen. In relatie tot orthopedie hebben we momenteel twee richtlijnen, een richtlijn voor lage rugklachten en een richtlijn voor klachten aan arm, nek en schouder.”

Type bedrijf

Zijn dat de klachten die het meeste voorkomen? “Dat kun je niet helemaal zo stellen. Elk type werk kent zijn eigen risicofactoren. Ik werk zelf bij KLM. Daar zie je dat piloten last hebben van rugklachten omdat ze langdurig zitten in hun werk. Soms tien tot twaalf uur achtereen zonder noemenswaardige beweging. Bij vliegtuigbeladers zie je weer heel andere klachten dan bij kantoorpersoneel. In grote lijnen mag je zeggen dat ongeveer een derde van de klachten een psychische achtergrond heeft. Klachten aan het bewegingsapparaat vormen ook een derde van alle klachten. Daarnaast kennen we nog een groep overige klachten.”

Promoveren

Samen met dr. Bart Staal doet Hlobil momenteel onderzoek naar de effectieve behandeling van niet specifieke lage rugpijn. Hij hoopt hier binnenkort op te promoveren. “Vroeger was een vaak gehoord advies bij lage rugklachten om twee weken plat te liggen. Dat is in de afgelopen twintig jaar veranderd. In ons onderzoek hebben we gekeken of een

gestructureerd, gedragsgeoriënteerd trainingsprogramma de terugkeer in het werk kan bevorderen. We hebben gewerkt met twee groepen KLM-medewerkers die last hebben van lage rugpijnen. De experimentele groep nam deel aan de graded activity, een stapsgewijs opgebouwd fysiek oefenprogramma. De controlegroep kreeg de gebruikelijke behandeling en begeleiding. De eerste groep ging gemiddeld weer na 86 dagen aan het werk, de tweede groep gemiddeld na 129 dagen. Aardig om te noemen is dat deze behandelmethodiek zelfs na drie jaar positief uitwerkte op het arbeidsverzuim. Resultaten die we als bedrijfsartsen graag willen bereiken in het belang van werkgever én werknemer.”



Hynek Hlobil

De bedrijfsarts

- Nederland telt ruim 2.200 bedrijfsartsen die verenigd zijn in de NVAB.
- Zij zijn werkzaam bij grote bedrijven, grote en kleine arbodiensten of als zelfstandig bedrijfsarts.
- Bedrijfsartsen geven eerstelijns zorg aan mensen met werkgebonden klachten.
- In specifieke gevallen verwijst de bedrijfsarts door naar medisch specialisten, zoals orthopedisch chirurgen.