



Työikäisten kyselyn 9/2018 vastaukset

Suomen Akustikusneurinoomayhdistys ry

www.akustikusneurinoomayhdistys.com



1

Kysely työikäisille AN-sairastuneille



Sany on tiedostanut työikäisten AN-sairastuneiden vaikeudet niin työssä jaksamisen kuin työhön paluun yhteydessä



Työikäisille kohdennettiin kysely kotisivujen kautta



Tarkoitus oli kartoittaa nykytilannetta ja selvittää:



mikä on työikäisten AN-sairastuneiden tilanne; miten iso haitta AN on työssä ja miten työpaikoilla on yritetty haittaa vähentää

SANY ry 2020

2

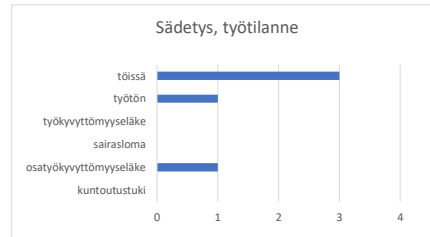
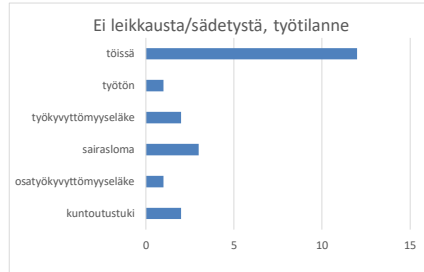


3

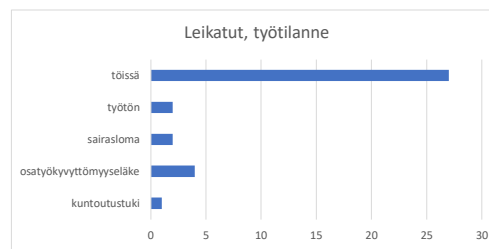


4

Työtilanne/hoidot



45 työssä
39 leikattu
5 sädetetty
21 seurannassa



SANY ry 2020

5

Kuntoutus

- 30/ 61 sai kuntoutusta
 - 27 olisi kaivannut enemmän mitä sai
- 31/ 61 ei ollut saanut kuntoutusta
 - 14 koki tarvinneensa kuntoutusta
 - Eniten toivottiin fysioterapiaa (9) tai psyykkistä kuntoutusta (10)

SANY ry 2020

6

Saatu kuntoutus (30/61)

- Fysioterapia 16
- Psykologi 11
- Kuulonkuntoutus 6
- Toimintaterapia 5
- Neuropsykologi 2
- Jotain muuta 11 esim. puheterapia

- osa sai useampaa kuntoutusta

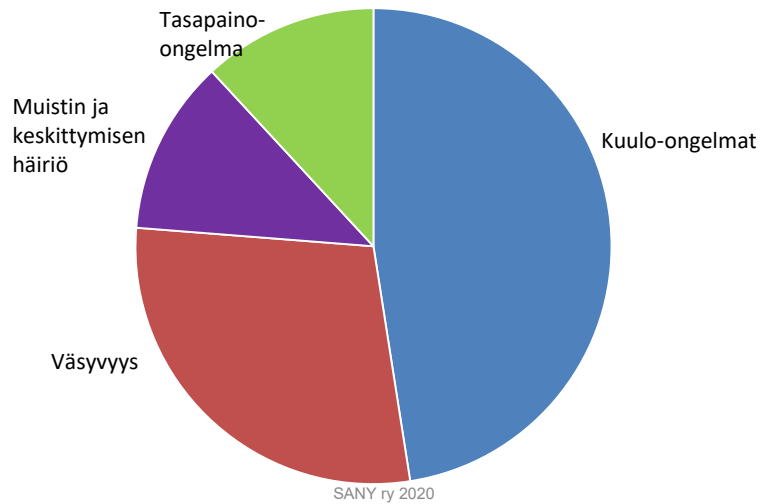
SANY ry 2020

7

AN:n tuoma haitta

8

Neljä eniten työelämässä haittaavaa tekijää AN: sta



9

AN:n tuomat haitat työelämässä n61

- | | | | |
|-----------------------------------|----|---------------------|---|
| • kuulo-ongelmat | 48 | • huimaus | 4 |
| • väsyvyys | 29 | • haittaa | 3 |
| • keskittymis- ja muisti-ongelmat | 12 | kokonaisvaltaisesti | |
| • tasapaino-ongelmat | 15 | • kasvo-oireet | 2 |
| • Päänsärky | | • tinnitus | 2 |
| /migreeni | 8 | • masennus | 1 |
| • silmäongelmat | 7 | • Ei haittaa | 2 |
| • pahoinvointi | 5 | • Tyhjä | 2 |

SANY ry 2020

10

Kuulon ongelmat

- Kuulon alentuma, yksikorvaisuus ja ympäristön hälyt vaativat keskittymistä.
- Kokous- tai asiakaspalvelutilanteet koetaan haasteellisina ja kuluttavina.
- Suuntakuulon puuttuminen ja samalla usean ihmisen puhuminen yhtä aikaa tekevät tilanteesta vaikeasti seurattavan ja rasittavan.
- Avokonttoriolosuhteet vaikuttivat työskentelyyn ja jaksamiseen paljon.
- Häly ja meteli yleensäkin koettiin suureksi haitaksi työssä jaksamisen kannalta.
- Kuulo-ongelmat ja heikentynyt sietokyky vähensivät sosiaalisia kontakteja.
- Tinnitus vie jaksamista

SANY ry 2020

11

Muistin ja keskittymisen vaikeus sekä Väsymys

- Jaksamisongelmat, levon tarve, aivosumu, 'pään' nopea väsyminen, muistikatkokset ja ongelmanratkaisukyvyyn madaltuminen.
- Pitkäkestoinen keskittyminen, tarkkaavuus, keskustelun seuraaminen ja siihen osallistuminen voi viedä kaikki voimat.
- Työpäivästä palautumiseen tarvitsee aiempaa enemmän aikaa
- Vuorotyö oli monelle ylivoimaista. Palautuminen jää puutteelliseksi
- Joku koki olevansa kuin krapulainen, jos aamu- ja iltavuoroja tulee useampi peräkkäin.
- Väsymyspäivät hidastavat tai estävät töiden edistymisen
- Työpäivän jälkeen ei jaksa/voi tehdä mitään – on vain palauduttava
- Johtaa alisuoriutumiseen
- On tehtävä muistiinpanoja aiempaa enemmän

SANY ry 2020

12

Tapaturmariski

- Kuuron korvan tai suuntakuulon puuttumisen koettiin lisäävän tapaturmariskiä.
- Tapaturmariskiä lisäsi myös pimeä tai hämärä työtila, koska se vaikeutti tasapainon ylläpitämistä.
- Tasapainovaikeus yleensäkin tuotti jonkin verran ongelmia työarjessa. Muutama vastaaja oli juuri tasapainon epävarmuuden vuoksi joutunut lopettamaan tai vaihtamaan työtä.
- Hienomotoriikkaa tai tarkkaa näköä vaativat työt voivat käydä mahdottomiksi, jos kasvohalvauksen seurauksena on käytettävä silmää kostuttavia voiteita.

SANY ry 2020

13

Muita haittoja

- Päänsärky madaltaa jaksamista ja lisää väsymystä
- Silmäongelma (kasvohalvauksen yhteydessä), vaatii jatkuvaa kosteuttamista ja haittaa näkemistä,
- Kasvohalvaus on kiusallinen asiakastilanteissa
- Kasvokrampit haittaavat puhuessa tai asiakastyössä
- Mainintoja myös pahoinvointioireesta, tinnituksesta, huimauksesta ja masennuksesta

SANY ry 2020

14

Työssä tehtyjä muutoksia

15

Työssä tai työpaikalla tehdyt muutokset

- 18 vastaajan työtehtävissä tai työpisteessä on tehty muutoksia
 - 11 vastaajan työtehtäviä oli rajattu tai muutettu
 - esim. pois työtehtävistä, joissa kuulon kanssa ongelmaa
 - 5 vastaajalla etätöitä oli lisätty tai oli siirtynyt täysin etätöihin
 - 8 vastaajan työtilaa oli muutettu
 - oma työhuone, akustiikkalevyt, huoneen sijoittelu

SANY ry 2020

16

Muutosesimerkkejä 1

- Työtehtäviä muutettu tai jätetty pois
 - en osallistu leikkaustoimintaan salissa, ettei vaan tule virheitä kuulon takia
 - yövuoroja ei tarvitse tehdä
 - päivystysluonteiset kenttätehtävät ulkona jätettiin pois.
 - tehtäviä on vähennetty
 - työtehtäviä on rajattu
 - voin tarvittaessa ruokailla toisessa (hiljaisemmassa) ruokailuryhmässä

- Puhelin- tai asiakastyötä on vähennetty kuulo-ongelmien vuoksi
 - puhelintyötä ei tarvitse juurikaan tehdä
 - pääsin pois puhelin/asiakastiskipalvelusta, teen nyt sähköisiä yhteydenottoja (tietokoneella)

SANY ry 2020

17

Muutosesimerkkejä 2

- Työhuoneessa muutoksia
 - sain kansliahuoneeseen eristystä; on hiljaisempi ympäristö työskennellä.
 - olen saanut valita työpisteen sijainnin
 - varattu omaan käyttöön hiljainen ja hämärä tila
 - etusija työpisteeseen, jossa päätteen sijainti on sellainen, että asiakkaan puhe tulee kuulevan korvan puolelta
 - minulla oma huone, muut avokonttorissa
 - akustiikkalevyt työhuoneen kattoon

- Etätyöt mahdollisia
 - teen enemmän etätöitä
 - annettiin mahdollisuus tehdä töitä etänä silloin, kun siltä tuntuu.
 - teen käytännössä lähes pelkästään etätöitä

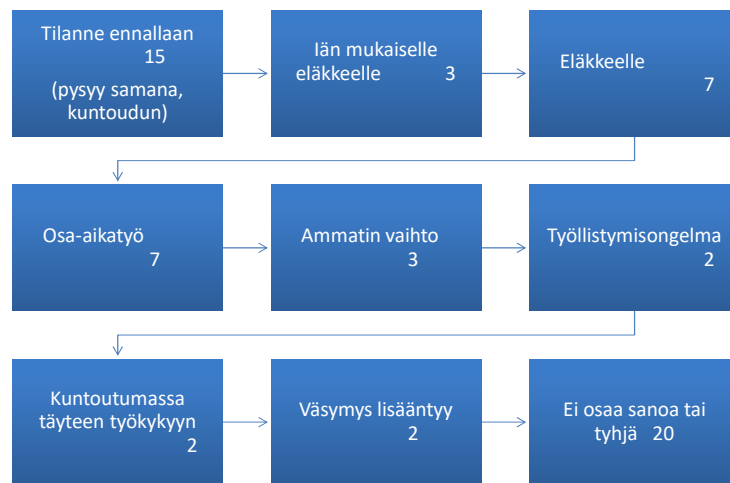
SANY ry 2020

18

Oma arvioni AN:n vaikutuksesta työtilanteeseeni 2-4 vuoden kuluttua

19

Tulevaisuus työelämässä



SANY ry 2020

20

Hoitava yksikkö?

21

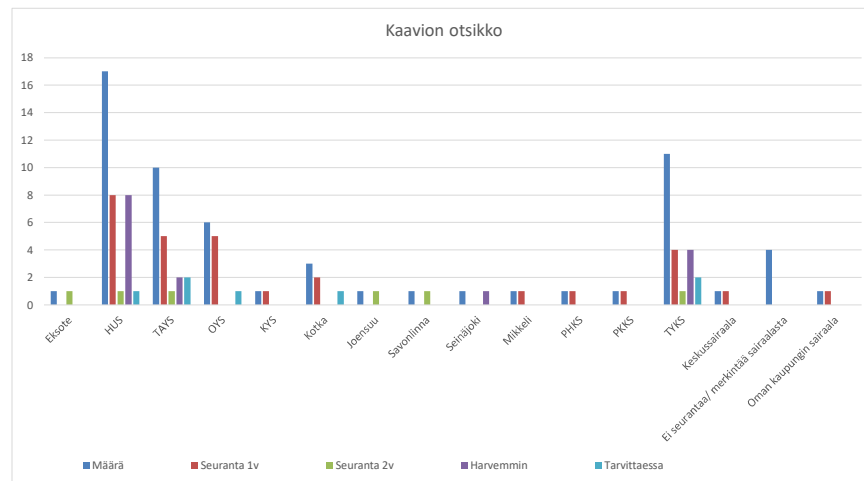
Hoitava yksikkö, johon voin tarvittaessa ottaa yhteyttä AN-asiassa

- 44/61 vastaajaa tiesi mainita hoitopaikan, jossa seuranta ja jonne voi tarvittaessa olla yhteydessä.
- Vastanneista neljä (4) ei tiennyt minne ottaa yhteyttä tarvittaessa '
 - ei tiennyt, ei ollut varma, ei ollut saanut ohjeistusta minne ottaa yhteyttä
- 12 vastaajaa oli jättänyt tämän kohdan tyhjäksi.

SANY ry 2020

22

Hoitopaikat



SANY ry 2020

23

Haittojen vähentäminen

24

- Hälyn vähentäminen
- Oma työhuone tai erillinen työskentelytila ja mahdollisuus etätyöskentelyyn
- Kiireen ja stressin vähentäminen
- Lyhyetkin lepo- ja palautumishetket
- Työn tauottaminen, työajan rajaaminen
- Kuulokoje, muut kuulemisen apuvälineet
- **Hoitojen jälkeen** riittävä sairausloma, kuntoutus ja toipumisaika
- Osa-aikatyö kuntoutustuella, kunnes toipuminen on riittävästi edistynyt
- Esimiehen ja työtovereiden ymmärrys ja tuki
- Töiden järjestelyesimerkkejä: ei vuorotyötä, ei avokonttoria, ei asiakas- tai puhelintyötä hälyssä

SANY ry 2020

25

Oikea-aikainen tuki ja kuntoutus

- Työssä käyvälle AN:n hitaasti lisääntyvät oireet sekoittuvat yleiseen jaksamisongelmaan. Riittämätön palautuminen työn rasituksista kuormittaa. **Diagnoosin yhteydessä saatu ohjaus** voi ehkäistä oireiden aiheuttamaa ylirasitusta ja työssä uupumista.
- Sairaus on harvinainen: osaaminen on keskittynyt hyvin harvoille asiantuntijoille. **Työterveyshuolto** tarvitsee tietoa.
- Hoitotoimien jälkeen moni pyrkii liian nopeasti palaamaan aiempaan työtahtiin ja uupuu. Tutun työn tekeminen sopivassa määrin voi olla hyvin kuntouttavaa.
- Kuntoutuksen merkitystä AN-potilaalle ei tiedosteta eikä sairastunut itsekään osaa sitä pyytää. Kuitenkin moni hyötyisi lyhyestäkin kuntoutusjaksosta toipumisen tukena.
- **Hoitotoimien yhteydessä ja työhön palatessa saatu apu** ja tuki tai kuntoutusjakso nopeuttaa toipumista



SANY ry 2020

26