

# Tyypin 1 diabetesta sairastava työelämässä – Hyvien käytäntöjen kehittäminen

Hakkarainen P, Hänninen V, Moilanen L, Heikkinen J, Huttunen E, Räsänen K. Tyypin 1 diabetesta sairastava työelämässä – Hyvien käytäntöjen kehittäminen. Publications of the University of Eastern Finland. Reports and Studies in Health Sciences. 15. 2014.

<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-61-1648-8>

## TIIVISTELMÄ

Suomalaisessa työelämässä on mukana noin 20 000 tyypin 1 diabeetikkoa ja heidän määränsä on kasvussa. Diabeetikot pärjäävät työelämässä varsin hyvin, mutta huonossa hoitotasapainossa oleva diabetes voi kuitenkin aiheuttaa akuutteja ja pitkäaikaisia työkykyongelmia. Tyypin 1 diabetes on sairaus, joka vaatii erityistä huomiota ottamista työelämässä.

Itä-Suomen yliopiston ja KYS:n diabetespoliklinikan yhteistyönä toteutettiin kaksivaiheinen ”Tyypin 1 diabetesta sairastava työelämässä” -tutkimus- ja kehittämishanke. Hankkeen ensimmäinen vaihe toteutettiin vuosina 2010–2011 kysely- (N=2500) ja haastattelututkimuksena (N=20). Tutkimushankkeen ensimmäisen vaiheen tulokset osoittivat, että tyypin 1 diabetesta sairastavien työkyvyn tukemiseen ja edistämiseen tulisi kiinnittää erityistä huomiota.

Hankkeen toinen vaihe, ”Tyypin 1 diabetesta sairastava työelämässä - Hyvien käytäntöjen kehittäminen” toteutettiin Itä-Suomen yliopiston ja Kuopion yliopistollisen sairaalan yhteistyönä toimintatutkimuksena 1.1.2013–31.12.2014. Kokonaistavoitteena oli tyypin 1 diabetesta sairastavien työkyvyn ja työhyvinvoinnin edistäminen. Tutkimus- ja kehittämistyöhön osallistui kolme työterveysyksikköä: kunnallinen liikelaitos, yksityinen työterveysasema ja yritysten yhteinen työterveysasema. Kultakin työterveysyksiköltä osallistui kaksi asiakastyöpaikkaa ja kultakin työpaikalta yksi tyypin 1 diabetesta sairastava työntekijä, hänen lähiesimiehensä sekä työterveyshuollon ja työsuojeluorganisaation edustajat ja tutkija. Kehittämistyöhön osallistui yhteensä 35 henkilöä.

Toimintatutkimus sisälsi työpajatyöskentelyä, fokusryhmäkeskusteluja, diabetespoliklinikan vastaanotolle osallistumista, koko tutkimusryhmän yhteisiä tapaamisia sekä työterveysyksiköiden ja erikoissairaanhoidon diabetespoliklinikan henkilöstön tapaamisia. Työpajat toteutettiin tutkimukseen osallistuneiden tyypin 1 diabetesta sairastavien henkilöiden (n=6) työpaikoilla.

Työpajoissa kehitettiin 14 hyvää käytäntöä. Työntekijälle soveltuvia hyviä käytäntöjä olivat ammatinvalintaan, työnhakuun ja riskialttiiseen yksintyöskentelyyn liittyvät käytännöt. Työyhteisölle kehitettiin hyviä käytäntöjä diabetes tietouden lisäämisestä ja

sairauden puheeksi ottamisesta. Johtamisen ja esimiestyön tueksi kehitettiin työkiertoon ja tauotukseen liittyviä käytäntöjä. Työsuojelun käyttöön laadittiin tiedote esimiehen ja työsuojeluorganisaation vastuista, riskinarvioinnista ja työntekijän tukemisesta. Myös työterveyshuollon ja erikoissairaanhoidon yhteistyölle kehitettiin toimintatapa tyypin 1 diabeteksen huomioimiseksi työelämässä.

Tyypin 1 diabetes on sairaus, joka on huomioitava jo ammatinvalinnassa. Diabeetikot voivat työskennellä fyysisestikin vaativissa töissä, mutta silloin on kiinnitettävä erityistä huomiota sairauden hoitomahdollisuuksiin työpäivän aikana. Hankkeessa kehitetyt hyvät käytännöt toimivat malleina toimintatavoista, joilla voidaan tukea tyypin 1 diabetesta tai muita kroonisia sairauksia sairastavien työskentelyä erityyppisissä työtehtävissä. Erityisesti kuormittavissa työtehtävissä työskentelevien tyypin 1 diabeetikoiden osalta tulee tehostaa terveydenhuollon eri tasojen yhteistyötä sairauden seurannassa ja työkyvyn tukemisessa.