

Niniejsze opracowanie zostało sporządzone na podstawie wyników pracy zespołu EEC Sp. z o.o. na potrzeby projektu

DOB-BIO10 / 19/02/2020 - Opracowanie nowoczesnego modelu postępowania z pacjentem w stanie zagrożenia życia w oparciu o samouczącą się algorytmizację procesów decyzyjnych i analizę danych z procesów terapeutycznych

PUNKT KONTROLNY 56

Ustalać grafiki pracy w taki sposób, aby uniknąć nadmiernych godzin pracy i zapewnić wystarczającą ilość okresów odpoczynku i krótkich przerw.

DLACZEGO

Niewłaściwe grafiki lub zbyt długie godziny pracy mogą powodować nadmierne zmęczenie. Ponieważ praca w służbie zdrowia nie może być łatwo przerwana, dobre planowanie grafików pracy jest bardzo ważne, aby zapobiec zaburzeniom związanym ze zmęczeniem, takim jak choroby układu mięśniowo-szkieletowego, układu krążenia lub choroby psychiczne. Aby uniknąć takiej sytuacji, ważne jest, aby ustalić grafiki pracy w taki sposób, aby zapewnić wystarczające okresy odpoczynku między zmianami lub przerwy w regularnych odstępach czasu. Niewystarczające okresy odpoczynku lub zbyt długie godziny pracy mogą zwiększać ryzyko wypadków. Jednocześnie obniżona zostanie wydajność i jakość pracy.

Nadmiernemu zmęczeniu można zapobiec, robiąc częste krótkie przerwy w pracy, w odstępach kilkugodzinnych. Ponadto należy odpowiednio wykorzystać do regeneracji dni wolne od pracy w weekendy i płatne urlopy roczne.

RYZYKO / OBJAWY

- nadmierne zmęczenie
- choroby narządu ruchu
- zaburzenia układu krążenia
- problemy psychospołeczne
- wypadki
- nieefektywność pracy

JAK

- a) Ustalenie możliwości poprawy organizacji czasu pracy. Pomocne jest organizowanie dyskusji w grupach z udziałem pracowników lub ich przedstawicieli.
- b) Istnieją różne sposoby zmiany organizacji czasu pracy. System pracy należy odpowiednio zorganizować, biorąc pod uwagę następujące zdarzenia:
 - zmiana czasu rozpoczęcia/zakończenia, wystarczająca ilość czasu między zmianami
 - uwzględnianie przerw na odpoczynek
 - udzielanie regularnych urlopów
 - elastyczny czas pracy lub zmienna długość zmiany
 - odpowiednie systemy pracy zmianowej,
 - praca w niepełnym wymiarze godzin
 - zatrudnienie dwóch lub więcej osób w niepełnym wymiarze godzin na jednym etacie

- c) Należy porównać możliwe opcje, godząc wymagania miejsca pracy z preferencjami pracowników. Następnie uzgodnić konkretne plany.
- d) Przy wprowadzaniu nowych ustaleń konieczne jest uzyskanie informacji zwrotnej od pracowników. Niezbędne jest oparte na rzetelnych informacjach porozumienie między pracownikami i kierownictwem. Negocjacje przed wdrożeniem są zawsze niezbędne i z reguły konieczne są dalsze dostosowania.

WIĘCEJ PODPOWIEDZI

- Należy odpowiednio uwzględnić zarówno wymagania miejsca pracy (czas pracy, poziom obsady i plany opieki zdrowotnej), jak i preferencje pracowników (zmiana godzin pracy, dni wolne od pracy, weekendy, obowiązki rodzinne). Trzeba to dokładnie zaplanować.
- Często przydatne jest utworzenie zespołu ds. planowania z udziałem zainteresowanych pracowników. Przedstawione warianty praktyczne można wykorzystać jako podstawę do dalszych konsultacji.
- Zazwyczaj lepiej jest wprowadzić nowe ustalenia dotyczące czasu pracy na okres próbny. Wspólna ocena zarówno przez kierownictwo, jak i pracowników powinna zostać przeprowadzona przed ustaleniem ostatecznej zmiany harmonogramów pracy.

DO ZAPAMIĘTANIA

Nieodpowiednie grafiki pracy poważnie obciążają życie zawodowe. Konsultacje z zainteresowanymi pracownikami dają lepsze wyniki, pozwalając pogodzić wymagania miejsca pracy z preferencjami pracowników.