

Laboratorioverinäytteenoton ergonomiset kuormitustekijät näytteenottokierroilla

Haastattelututkimus Oulun Nordlabin päivystyslaboratorion kolmivuorotyötä tekeväille laboratoriohenkilökunnalle

Laboratorionäytteenotto on ergonomian kannalta haastavaa ja kuormittavaa. Näytteitä otetaan usein kumarassa ja kiertyneessä asennossa, mikä kuormittaa tuki- ja liikuntaelimestöä. Sekavat ja aggressiiviset potilaat aiheuttavat väkivallan uhkaa.

Kehittämistehtävässäni selvitin verinäytteenottokiertojen fyysisiä ja psyykkisiä kuormitustekijöitä ja etsin kehitysideoita ergonomian parantamiseksi. Lisäksi tein ergonomisen näytteenoton perehdyttämisohjeen.

Tutkimusta varten tein teemahaastattelut kuudelle päivystyslaboratorion kolmivuorotyötä tekeväille laboratoriohoitajalle yksilöhaastatteluina avoimilla kysymyksillä. Kysymykset olin laatinut siten, että sain tietoa näytteenottokiertojen kuormituksesta eri vuorokauden aikoina sekä arkena että viikonloppuna. Lisäksi kysyin kehittämisideoita esille tulleiden kuormitusten vähentämiseksi.

Eniten fyysistä kuormitusta aiheuttaa ahtaudesta johtuvat huonot työskentelyasennot. Näytteenottokärryjen epäsopiva korkeus kuormittaa selkää. Isot kierrot ja pitkät välimatkat lisäävät aikapainetta ja rasittavat myös jalkoja. Kiireen tuntu aiheuttaa sen, että ei kiinnitetä huomiota omaan ergonomiaan. Lasten näytteenottokierroilla työskentelyasento on usein fyysisesti kuormittava.

Psyykkistä kuormitusta aiheuttaa eniten kiireen tuntu. Useammalla osastolla pitäisi olla heti aamulla ja laboratorioon pitäisi ehtiä analysoimaan näytteitä. Aggressiivisesti käyttäytyvät potilaat ja väkivallan uhka kuormittaa nykyisin yhä enemmän. Myös osastojen ja laboratorion henkilökunnan välinen eripuraisuus koetaan henkisesti kuormittavaksi.

Haastateltavilla oli moniin kuormitustekijöihin hyviä konkreettisia parannusehdotuksia. Esimerkiksi näytteenottokärryjen korkeudensäätö ja mukana kulkeva tuoli kärryyn, lähetin käyttäminen näytteiden kuljetukseen sekä tiiviimpi yhteistyö osastojen kanssa. Haastatteluissa tuli esille myös oman ajatusmaailman muokkaaminen, jotta opetellaan ajattelemaan myös omaa hyvinvointia, eikä vaadita itseltä liikaa.

Vaikka tein tutkimuksen Oulun aluelaboratoriossa, toivon siitä olevan hyötyä myös muissa laboratorioissa. Kiireen aiheuttama fyysinen ja psyykinen kuormitus on arkipäivää monissa paikoissa. Samanlaisia ergonomisia haasteita löytyy varmasti muualtakin.