

Implementatie - RI&E

Risico's die niet in de RI&E staan – werktijden



IR. N. PIKKEMAAT ACHTERGRONDARTIKEL

22 juni 2021 om 01:00

Iedere werkgever moet een RI&E uitvoeren waarin alle risico's op het gebied van veiligheid, gezondheid en psychosociale arbeidsbelasting zijn opgenomen. Het thema werktijden moet een onderdeel zijn van de RI&E. In de praktijk lijkt dat soms weinig voor te stellen. Er is bijvoorbeeld sprake van ongezonde roosters, of medewerkers klagen over de vele nachtdiensten. Zijn er ongezonde, onveilige of onprettige werk- en rusttijden, neem dat dan mee in de RI&E.

Risico's van nachtwerk, onregelmatig werken en lange werktijden

Nachtwerk en onregelmatig werken brengt gezondheidsklachten teweeg, zoals maagdarfstoornissen, hoofdpijn, een te hoge bloeddruk en hartritme stoornissen. Ook zijn er studies die erop wijzen dat vrouwen die continu 's nachts werken een hoger risico op borstkanker lopen. Een grote oorzaak is het steeds moeten schakelen. Bij veel nachten achter elkaar of gedurende vele jaren werken, verteert het lichaam het voortdurende wisselen van het bioritme minder goed. Het voortdurende omschakelen veroorzaakt de genoemde gezondheidsklachten en kan ook slaapproblemen tot gevolg hebben. Slaapproblemen hebben een negatieve invloed op de alertheid en concentratie. Dat kan leiden tot fouten op het werk en zelfs fatale gevolgen hebben, zoals een bedrijfsongeval of een verkeersongeval op weg van het werk naar huis. Naast nachtwerk en onregelmatig werk zijn meer knelpunten met betrekking tot werktijden te noemen, bijvoorbeeld het niet of nauwelijks pauze kunnen hebben, ellenlange werktijden en werken in verschillende tijdzones.

Risico's van tijdsverschillen

Soms hebben medewerkers voor hun werk contact met vestigingen of organisaties in het buitenland. In geval van een tijdsverschil, kan dat op vervelende tijdstippen plaatsvinden. Ook zijn er medewerkers die voor hun werk veel reizen, in Nederland en in het buitenland. Of worden er voor een korte of langere periode opdrachten verricht in het buitenland. Reizen is vermoeiend, zeker als het vaak gebeurt en er sprake is van een groot tijdsverschil. Bij opdrachten in het buitenland is de druk om lange dagen te maken vaak groot. De klus moet snel worden geklaard. Denk aan programmeren van machines, het geven van trainingen of een storing verhelpen. Is een van voorgaande zaken voor je bedrijf het geval, vraag dan verder. Bijvoorbeeld:

- Zijn er goede afspraken gemaakt over dienstreizen naar het buitenland?
- Is er een regeling buitenland met duidelijke afspraken over de werktijden?

- Hoe is de hersteltijd geregeld na een dienstreis naar het buitenland of na (video-)calls of andere werkzaamheden in de nacht?
- Welke afspraken zijn er gemaakt met betrekking tot de lengte van een dienst?

Met deze vragen krijg je een beeld van eventuele risico's en mogelijke oplossingen. De wetgeving zegt over werken in het buitenland trouwens het volgende: de Arbeidstijdenwet (ATW) heeft een territoriale werking en is daardoor niet van toepassing in het buitenland. De medewerker die in het buitenland werkt, moet dan binnen de normen van de buitenlandse wetgeving blijven. De werkgever moet in Nederland rekening houden met de door de medewerker gewerkte uren in het buitenland. Tezamen mogen de buitenlandse plus Nederlandse werktijden geen overtreding opleveren voor de ATW.

De risico's in beeld

Hoe zorg je dat het thema werktijden in de risico-inventarisatie en evaluatie (RI&E) voldoende uit de verf komt? Begin met een inventarisatie van de type roosters en diensten. Te denken valt aan ploegendiensten, nachtdiensten, lange reistijden en bijzonder diensten, zoals consignatie- en aanwezigheidsdiensten. De werkgever is volgens de ATW verplicht een registratie van de gewerkte uren per medewerker bij te houden. Deze registratie kan worden benut om (dreigende) overschrijdingen van de ATW te signaleren. Idealiter doe je dat samen met betrokkenen, medewerkers en roostermakers. Voldoen aan de ATW wil niet zeggen dat alle arborisico's opgelost zijn. Kijk naar meer aspecten. De volgende vragen kunnen helpen:

- Welke werktijden en aspecten van de werktijden vinden de medewerkers onveilig, ongezond en/of niet gewenst?
- Zijn er specifieke werkzaamheden, waarbij extra eisen worden gesteld ten aanzien van werk- en/of pauzetijden, zoals werken in extreme hitte of beeldschermwerk?
- Is er voldoende tijd voor pauze? Hoe wordt daar mee omgegaan?
- Is er na een piekperiode van werken tijd voor herstel? Hoe wordt daar mee omgegaan?
- Wordt bij het ontwikkelen van roosters rekening gehouden met gezondheidsaspecten en met de wensen van de medewerkers?
- Hoe wordt omgegaan met medewerkers die gezondheidsklachten krijgen van nachtdiensten?
- Hoe wordt omgegaan met werktijden bij zwangerschap of voedingsrecht na de bevalling?

Interessant is om ook aan medewerkers te vragen waar ze tevreden over zijn en welke ideeën voor verbetering zij hebben. De succesvoorbeelden en ideeën zijn waardevolle input voor het plan van aanpak.

Medisch onderzoek

Volgens de Arbowetgeving is de werkgever verplicht iedere werknemer periodiek in de gelegenheid te stellen een arbeidsgezondheidskundig onderzoek (PAGO) te ondergaan. In het Arbobesluit is een specifieke aanvulling voor nachtwerk te vinden, namelijk: iedere werknemer die voor de eerste keer een nachtdienst gaat verrichten, wordt vóór aanvang van de nachtdienst in de gelegenheid gesteld om een arbeidsgezondheidskundig onderzoek te ondergaan. In mei 2020 is door de Nederlandse Vereniging van Arbeids- en Bedrijfsgeneeskunde (NVAB) een Richtlijn Nachtwerk en gezondheid uitgebracht. Deze richtlijn is opgesteld voor bedrijfsartsen. Er wordt onder meer aandacht besteed aan de inhoud van de RI&E en de frequentie en inhoud van het gezondheidskundige onderzoek. In de richtlijn wordt het onderzoek aangeduid als preventief medisch onderzoek (PMO), omdat ook leefstijlaspecten worden meegenomen. Er wordt gewerkt met een vragenlijst om te identificeren of er sprake is van slaapproblemen, vermoeidheidsklachten, onveilige situaties gerelateerd aan deze problemen, problemen vanwege andere omstandigheden 's nachts dan overdag en verhoogde risico's op cardio-metabole aandoeningen. Op basis van de uitkomsten kunnen medewerkers uitgenodigd worden voor een spreekuur bij de bedrijfsarts. Er wordt aangeraden om het PMO eens per vier jaar uit te

voeren en eens per twee jaar voor werknemers met een verhoogd risico op cardio-metabole aandoeningen. Het PMO is een mooi vervolg van de RI&E, een monitor om de risico's te meten op individueel niveau en op organisatieniveau en te evalueren in hoeverre maatregelen hun werk hebben gedaan of kunnen gaan doen.

Verandering van werktijden vraagt om een aanpassing van de RI&E

Steeds vaker zien we de wens van werkgevers om werktijden flexibel te organiseren. Besef dat daar veel bij komt kijken, juist ook wat betreft de arbeidsomstandigheden. Eis als preventiemedewerker dat de aanpassing van werktijden 'arboproof' gebeurt. Daarvoor is de RI&E een uitstekend instrument. Bij veranderingen moet de RI&E worden aangepast. Dat geeft zicht op de risico's die de verandering eventueel met zich brengt. Voorbeelden zijn:

- Wat zijn de veiligheids-, gezondheids-, en welzijnsrisico's van de nieuwe werktijden?
- Is de bedrijfshulpverlening voldoende gegarandeerd met de andere vorm(en) van bezetting?
- Zijn er door de verandering van werktijden nieuwe risico's, zoals (meer) alleen werken, minder kennis of kwalificaties op de werkvloer en/of meer eenzijdige functies?
- Wordt er meer in de nacht gewerkt?

Van risico's naar verbetermaatregelen

Een RI&E is niet af zonder een plan van aanpak. Dat maakt dat ook nagedacht wordt hoe de werktijden of roosters verbeterd kunnen worden. Voorbeelden van maatregelen zijn:

- Afspraken over wat het bedrijf gaat doen als medewerkers de ATW dreigen te overschrijden.
- Het aspect gezondheid standaard meenemen bij de invoering van nieuwe werktijden en roosterwijzigingen.
- Voorlichting over werktijden en de risico's. Maak iedereen bewust dat er grenzen zijn aan het uithoudingsvermogen en de belastbaarheid van medewerkers. Denk daarbij ook aan adviezen voor gezonde voeding in combinatie met onregelmatig werken en werken aan een goede nachtrust.
- Oplossingen om het werken in de nacht uit te bannen.
- Werken in de nacht uitbannen zal niet altijd mogelijk zijn. Kijk ook naar maatregelen om het werken in de nacht aangenamer te maken, zoals voldoende pauzemogelijkheden, een geschikte verwarming tijdens koude nachten en gezonde kantinevoorzieningen. En voorkom eenzame arbeidsplaatsen, zorg voor communicatie- en alarmeringsvoorzieningen en een goede terrein- en werkplekverlichting.
- Promoot een goede pauzeregeling. Hersteltijd is belangrijk. Heb ook aandacht voor hersteltijd na een langere periode werken. Dat medewerkers los kunnen komen van het werk, zich kunnen 'opladen'. Maak bijvoorbeeld afspraken over het niet bereikbaar zijn na een dienst werken en tijdens langere verlofperioden.

Maak werk van werktijden in de RI&E!

Werktijden zijn een belangrijk onderdeel van de RI&E. Verandering van werktijden staat vaak niet op zichzelf. Stimuleer als preventiemedewerker dat de werkgever goed nadenkt over de eventuele gevolgen voor de veiligheid, de gezondheid en de psychosociale arbeidsbelasting. Overtuig de werkgever van het belang van gezonde werktijden en ook de OR. De OR heeft veel invloed. Veranderingen van werktijdenregelingen, de uitvoering van de RI&E, het plan van aanpak van de RI&E en het PMO vallen onder het instemmingsrecht. Ga in gesprek met hen, met de planners en de medewerkers die het aangaat. Dat doet u overigens in ieders belang. Want ongezonde werktijden leiden tot onvrede, gezondheidsklachten en ziekteverzuim. Dat is

van grote invloed op de kwaliteit van het geleverde werk, de productiviteit en de arbeidstevredenheid.

Gebruikte bronnen

- Wetgeving: Arbeidsomstandighedenwet, Arbobesluit en Arbeidstijdenwet
- Richtlijn Nachtwerk en gezondheid, NVAB: <https://nvab-online.nl/richtlijnen/richtlijnen-NVAB/richtlijn-nachtwerk>
- Website Gezondheidsraad over nachtwerk:
<https://www.gezondheidsraad.nl/documenten/adviezen/2017/10/24/gezondheidsrisicos-door-nachtwerk>

Source URL: <https://www.werkenveiligheid.nl/rie/implementatie/risicos-die-niet-de-rie-staan-werktijden>