

Äänihäiriöistä johtuvat sairauspoissaolot ja työkyky: Kohorttitutkimus Kunta10-aineistolla

Hanna Vertanen-Greis
Hanke 210403
Loppuraportti



Työsuojelurahasto
Arbetarskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund

Äänihäiriöillä on ilmeinen yhteys työkyvyn laskuun, ja asiaan on tarpeen kiinnittää entistä enemmän huomiota. Tutkimuksemme mukaan äänihäiriöistä johtuvat sairauspoissaolot ovat kuitenkin yllättävän harvinaisia verrattuna itsearvioitujen ääniongelmien määrään. Tämä voi kertoa mm. siitä, että ongelmaa ei tunnisteta. Paremman työhyvinvoinnin varmistamiseksi äänihäiriöitä olisikin hyvä nostaa näkyvämmiin esiin työelämässä, ja kiinnittää entistä enemmän huomiota hyvään ääniergonomiaan. Myös äänihäiriöiden diagnosointiin on tarpeen kiinnittää huomiota työterveyshuollossa, että äänihäiriöt tulevat näkyviksi. Samoin työntekijöitä on rohkaistava hakeutumaan lääkärin arvioon ääniongelmien kanssa.

Tutkimuksen tulokset

Tutkimus on ensimmäinen äänihäiriöistä ja työkyvystä tehty rekisteritutkimus niin Suomessa kuin kansainvälisestikin, ja sen tulokset osoittavat, että äänihäiriöihin perustuvia sairauslomia on kirjoitettu huomattavan vähän verrattuna itsearvioitujen äänihäiriöiden määrään.

Opettajien äänihäiriöitä on tutkittu runsaasti, mutta tulokset ovat perustuneet pääosin itsearviointiin ja poikkileikkausaineistoon. Tämän rinnalle on kaivattu seurantatietoa äänihäiriöiden ja työkyvyn välisestä suhteesta. Tuore tutkimuksemme perustui Kunta-10-aineistoon ja siihen linkattuihin rekisteritietoihin äänihäiriödiagnooseista johtuvista sairauspoissaoloista. Se kattoi laajan otoksen suomalaisia opettajia (n = 3060) vuosilta 2000–2016.

Tutkimusaineistossa ilmeni ainoastaan 29 äänihäiriödiagnoosiin perustuvaa sairauspoissaolojaksoa 16 vuoden aikana, kun itsearvioituja ääniongelmia on aiemmin esiintynyt esimerkiksi

ruotsalaistutkimuksessa noin viidesosalla (Lyberg Åhlander 2019, J Voice 33). Tämä herättää kysymyksen äänihäiriöiden tunnistamisesta ja diagnoosiprosessista. Miksi äänihäiriöt eivät näy rekisteritiedoissa odotetulla tavalla?

Tutkimuksessa havaittiin myös, että työkyky heikkeni samanaikaisesti äänihäiriöiden ilmaantuessa ja niistä johtuvien sairauspoissaolojaksojen lisääntyessä. Vaikka äänihäiriöiden ja työkyvyn välinen syy-yhteys jäi osoittamatta, antavat tulokset aihetta laajempaan pohdintaan.

Äänihäiriöiden yhteys työkykyyn ja tutkimuksen sovellettavuus työelämään

Työnantajalla on tärkeä rooli äänihäiriöiden ennaltaehkäisyssä. Työnantajan on järjestettävä mahdollisimman hyvät ääniergonomiset olosuhteet työntekijöilleen, ja esihenkilön tehtävänä on huolehtia kuormitustekijöiden tunnistamisesta ja arvioinnista. Työterveyshuolto kartoittaa ja arvioi ääniergonomiset olosuhteet ja myös työsuojelu kannattaa ottaa mukaan olosuhteiden kartoittamiseen ja kehittämiskohteiden tunnistamiseen. Työnantajan tehtävänä on kuitenkin poistaa haitat tai ainakin vähentää niiden aiheuttamaa terveysriskiä.

Äänihäiriöiden diagnosointi ja varhainen tunnistaminen työterveyshuollossa on oleellista, että niin opettajat kuin muutkin ääntä työssään paljon käyttävät saisivat tarvittavaa tukea äänihäiriöihin mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Myös työntekijöitä on hyvä rohkaista hakemaan lääkärin arviota äänihäiriöihin. Toistuva tai pitkittynyt äänioireilu on yhteydessä alentuneeseen työkykyyn, ja se voi aiheuttaa hämmennystä ja jopa häpeääkin. Työntekijä ei välttämättä tunnista äänen ongelmia tai voi jopa pitää niitä omana syynä. Ongelman taustalla voi kuitenkin olla esimerkiksi huono ääniergonomia, työnantajan tuen puute tai äänihäiriön alidiagnosointi.

Äänihäiriön suhteen pelkkä äänenkäytön ohjaus ei riitä, vaan työpaikalla tarvitaan ääniergonomiaa parantavia toimenpiteitä. Tämä ei ainoastaan paranna työntekijöiden hyvinvointia, vaan voi myös säästää sairauspoissaoloihin ja työkyvyn heikkenemiseen liittyviä kustannuksia. Erityisesti korkean riskin ammattiryhmissä, kuten opettajilla, tulisikin arvioida myös äänihäiriöiden aiheuttamia kustannusvaikutuksia. Se voisi myös edistää äänihäiriöiden luokittelua ammattitaudeiksi, mikä motivoisi työterveyshuoltoa panostamaan äänihäiriöiden ennaltaehkäisyyn tehokkaammin.

Hyvän ääniergonomian edistäminen

Ääniergonomian edistämisen tulisi olla keskeinen osa työelämän terveysstrategioita tulevaisuudessa. Se vaatii kokonaisvaltaista lähestymistapaa, jossa ääntä kuormittavat tekijät ja niiden yhteisvaikutukset huomioidaan laajasti. Nämä kuormitustekijät, kuten jatkuva ja voimakas äänenkäyttö, hankalat työasentoja ja -tavat, stressi ja työympäristön puutteet, ovat arkipäivää paitsi opetustyössä, monissa muissakin ammateissa.

Hyvä yhteistyö niin työnantajien, työterveyshuollon ja työntekijöiden kuin tutkimuksenkin välillä on avainasemassa, jotta voimme kehittää entistä tehokkaampia käytäntöjä ja varhaisia interventioita äänihäiriöiden hallintaan ja ennaltaehkäisyyn.

Vertanen-Greis H, Holmqvist Jämsén S, Löyttyniemi E, Lyberg Åhlander V. Longitudinal Data from the Sickness Absences due to Diagnosed Voice Disorders in Teachers: A Finnish Public Sector Study. Lähetetään julkaistavaksi.