

Hvorfor helbreds kontrol?

Arbejde om natten er forbundet med helbredsrisici, primært fordi din sædvanlige døgnrytme brydes. Helbreds kontrollen tilbydes for at sikre, at dit helbred ikke udsættes for unødige risiko ved natarbejde.

Reglerne er beskrevet i Arbejdstilsynets vejledning Helbreds kontrol ved natarbejde og i din overenskomst.



Branchefællesskabet for arbejdsmiljø (BFA) for Transport

Fællessekretariatet:

H. C. Andersens Boulevard 18
1787 København V
Tlf.: 33773377

Arbejdsgiversekretariatet:

H. C. Andersens Boulevard 18
1787 København V
Tlf.: 33773377

Arbejdsledersekretariatet:

Vermlandsgade 65
2300 København S
Tlf.: 32833283

Arbejdstagersekretariatet:

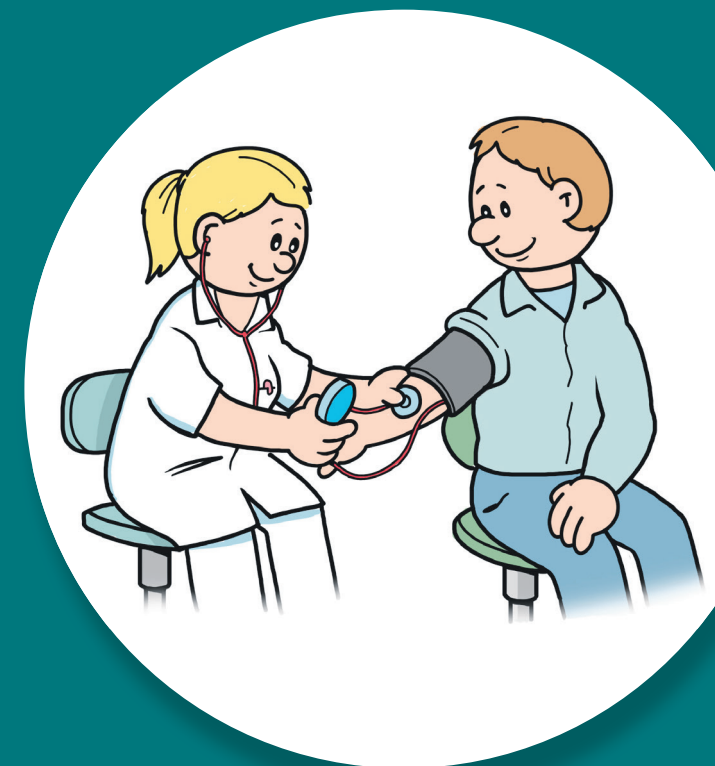
Kampmannsgade 4
1790 København V
Tlf.: 70 300 300

BFA Transport samarbejder om at fremme arbejdsmiljøforhold i branchen og bistår med information og vejledning om arbejdsmiljø.

Se mere på www.bfatransport.dk

Folder

Natarbejde og helbreds kontrol



Natarbejde og helbreds kontrol

Er du natarbejder, skal din arbejdsgiver tilbyde dig en helbreds kontrol, inden du starter natarbejdet. Derefter skal du tilbydes helbreds kontroller regelmæssigt. Helbreds kontrollen er en rettighed for dig, som er natarbejder, og den er gratis. Den skal så vidt muligt foregå i arbejdstiden. Din arbejdsgiver skal sørge for, at du ikke mister indtægt ved at deltage.

I følge Arbejdstilsynets regler skal du tilbydes en kontrol hvert 3. år. For visse natarbejdere bestemmes hyppigheden af helbreds kontrollen af, om dit natarbejde følger anbefalinger fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø (NFA). Herunder beskrives reglerne der gælder for en række overenskomster inden for transport- og engrosbranchen.

NFA's anbefalinger:

Højst 3 nattevagter i træk

Højst 9 timer ad gangen

Mindst 11 timer mellem to vagter

Gravide arbejder maksimalt 1 nattevagt om ugen for at mindske risikoen for spontan abort og andre graviditetskomplikationer.

Arbejder du under en overenskomst, der følger disse anbefalinger, skal du tilbydes helbreds kontrol inden du starter natarbejde og derefter inden for højst 2 år.

Arbejder du mere end NFA's anbefalinger, skal du som natarbejder tilbydes en årlig helbreds kontrol, og det er obligatorisk at deltage i helbreds kontrollen hvert andet år. Det gælder også, at når du er fyldt 50 år, skal du tilbydes en udvidet helbreds kontrol.

Hvordan foregår helbreds kontrollen?

Din arbejdsplads skal sikre, at du får tilbud om helbreds kontrol og får grundig information om, hvordan og hvem der tilbyder kontrollen. Du har ret til at overveje i mindst 2 dage, om du vil deltage. Hvis du ønsker at deltage, aftaler du en tid efter retningslinjerne i tilbuddet. Du skal give skriftligt samtykke til at deltage.

Helbreds kontrollen består af tre dele:

1. Et spørgeskema, som du udfylder
2. En række målinger
3. En helbredssamtale.

Før helbreds kontrollen udfylder du et spørgeskema. Når du er omfattet af en overenskomst, skal skemaet indeholde de aftalte spørgsmål. Skemaet sendes, afleveres eller medbringes til helbreds kontrollen. Den udvidede helbreds kontrol for natarbejdere over 50 år inkluderer syv ekstra spørgsmål/spørgetemaer og fokuserer på helbreds vilkår, som påvirkes af aldringsprocessen.

Selve helbreds kontrollen består af:

1. Målinger:

Blodtryk	Blodprøve for kolesterol
Vægt og hofte/taljemål	Blodprøve for blodsukker
Fedtprocent	BMI.

Resultaterne foreligger med det samme.

2. En helbredssamtale:

Gennemgang af målingerne og spørgeskemaet

Gode råd om forebyggelse af helbreds problemer ved natarbejde

Registrering af resultaterne i din personlige profil.

Helbreds kontrollen afsluttes med en mundtlig gennemgang af din profil, der indeholder dine resultater, der skriftligt udleveres til dig ved undersøgelsen. Sammen vurderer I, om der er behov for lægelig opfølgning, og om du er egnet til natarbejde. En læge med arbejdsmedicinske kompetencer skal udarbejde en samlet konklusion til dig på baggrund af dine resultater.

Oplysningerne er din ejendom og beskyttet under sundhedsloven og GDPR. Resultaterne må ikke udleveres til din arbejdsplads. Samlede resultater sendes til Arbejdstilsynet. Resultatet kan du selv vælge at videregive til din arbejdsgiver.

Hvem kan udføre helbreds kontrollen?

Personer med en sundhedsfaglig uddannelse. Helbreds kontrollen skal superviseres af en læge, med henblik på eventuelt behov for lægeundersøgelser.

Helbreds kontrol kan også ske hos egen praktiserende læge efter aftale med din arbejdsgiver. Den, der forestår helbreds kontrollen, bør have ajourført viden om sammenhængen mellem natarbejde og helbreds problemer.

Drøft i samarbejdsudvalg/arbejdsmiljøorganisation, om der er særlige forhold, der skal fokuseres på f.eks. om helbreds kontrollen er i overensstemmelse med reglerne. Der kan også være særlige aftaler mellem overenskomstparterne.

Første gang en virksomhed gennemfører helbreds kontrol for natarbejdere, skal det anmeldes til Arbejdstilsynet 4 uger før iværksættelsen.