
Projekt Rens luften på plejehjemmet

Sofie Lund, cand.scient. og Bodil Schroll Harboe, cand. comm.



Risikoen for fysisk og psykisk nedslidning er høj blandt pleje- og omsorgsmedarbejdere. En af de faktorer, der både belaster det fysiske og psykiske arbejdsmiljø, er kræftfremkaldende stoffer fra tobaksforurenede luft. Projekt Rens Luften på plejehjemmet skal starte en dialog om muligheder for at reducere tobaksforurenede luft i arbejdsmiljøet i tre kommunale plejecentre.

Lov om Røgfri Miljøer beskytter ikke alle

Lov om Røgfri Miljøer beskytter mange personalegrupper mod tobaksrøg i arbejdsmiljøet. Dette gælder dog ikke medarbejdere i plejesektoren, da deres arbejdsplads samtidig er beboernes private hjem, hvor hver beboer selv bestemmer, om der må ryges indendørs.

Man kan pålægge beboere ikke at ryge i det tidsrum, hvor personalet opholder sig i boligen. Men selvom beboeren ikke ryger under besøget, er personalet stadig udsat for kræftfremkaldende stoffer fra røgen, da stofferne hænger i luften og sidder i tapet, tæpper, møbler mv. og løbende hvirvles op og spredes til gangarealer på plejehjemmet.

Mens 12 % af medarbejderne i hele kommunen dagligt udsættes for tobaksforurenede luft i arbejdsmiljøet, gælder dette for hele 55 % af medarbejderne i Sundhed og Omsorg (Kilde: Sundhedsundersøgelsen, Kræftens Bekæmpelse 2009).

Ingen ønsker "at tage røgen fra de gamle"

Tobaksforurenede luft i arbejdsmiljøet er både et fysisk og psykisk problem for omsorgspersonalet. På den ene side er medarbejderne udsat for kræftfremkaldende stoffer i arbejdsmiljøet, og på den anden side ønsker ingen, at "tage røgen fra de gamle". I praksis kan det være svært for omsorgspersonalet at håndtere dette dilemma og finde løsninger. Derfor har kommunen og Kræftens Bekæmpelse i samarbejde startet projekt Rens luften på plejehjemmet.

Dialog i centrum

Projektet handler om, at personalegrupperne på plejecentrene opnår en ny viden og bevidsthed om tobaksforurening i arbejdsmiljøet og i fællesskab forholder sig til, hvordan den daglige udsættelse kan reduceres. Målet med projektet er ikke nødvendigvis at nå konsensus. Målet er snarere, at det bliver en naturlig del af arbejdsdagen at have en åben dialog om, hvordan man kan sikre et godt arbejdsmiljø, give beboerne mulighed for livsstilsændringer og samtidig give dem den bedste pleje, omsorg og en bedre hverdag.

Røgfri arbejdstid og hjælp til rygestop

På baggrund af en spørgeskemaundersøgelse blandt medarbejderne på de tre plejecentre, samt personlige interviews med medarbejdere, beboere og pårørende og diskussioner i arbejdsgrupper og med ledelsen, blev det klart, at de tre plejecentre især ønskede at arbejde med:

- Indførelse af røgfri arbejdstid – dvs. ingen rygning hverken inde eller ude for personalet
- Hjælp til rygestop blandt medarbejdere og beboere
- Dialog med beboere og pårørende om, hvordan deres indendørs rygning kan reduceres.

Indførelse af røgfri arbejdstid

De tre arbejdsgrupper besluttede hver især at indføre røgfri arbejdstid på plejecentrene. Fra den 1.6. 2011 var det derfor ikke længere tilladt for personalet at ryge i arbejdstiden. Alle medarbejdere, der røg, fik

tilbud om hjælp til rygestop samt individuel rådgivning, om hvordan de kan håndtere en arbejdsdag uden at ryge.

Indførslen af røgfri arbejdstid på de tre plejecentre blev overvejende modtaget positivt. Nogle af de medarbejdere, der ryger, så det som en anledning til at holde helt op med at ryge. Andre valgte at begrænse rygning til privatlivet. Det er endnu for tidligt at konkludere på baggrund af projektet, men en typisk sidegevinst ved at indføre røgfri arbejdstid er, at det understøtter en pausekultur med fælles pauser for alle medarbejdere. Nye medarbejdere bliver heller ikke fristet til at begynde at ryge for at være en del af fællesskabet.

Individuelle planer for beboerne

Udstyret med ny viden og motivation bliver næste skridt for personalegrupperne at udarbejde planer for, hvordan man kan reducere mængden af tobaksrøg fra hver enkelt beboer. Det handler om individuelle løsninger og om at skabe en bedre hverdag for den enkelte. Et redskab kan være at afdække om beboerne ønsker hjælp til at reducere tobaksforbruget eller til et rygestop. Det kan også være at understøtte, at en del af beboernes rygning kan foregå udenfor eller erstattes af andre aktiviteter for eksempel socialt samvær, hobbyaktiviteter og mere omsorg og nærhed. Mange beboere glemmer eksempelvis, at de lige har røget, og ryger derfor så meget, at de bliver nikotinforgiftede med opkast og kvalme til følge. At erstatte nogle af cigaretterne med en gåtur i ren luft eller en snak i fælleslokalet uden røg, kan give den ældre en meget bedre hverdag.

Erfaringer viser samtidig, at der kan være en tendens til, at medarbejderne bruger mindre tid hos de rygende beboere, simpelthen fordi de ikke kan holde ud at være i den tætte røg. Ved så vidt muligt at flytte røgen ud af boligerne kan det skabe mere lyst og overskud til øget kontakt med beboerne i dagligdagen.

Forebyggelsesfonden støtter projektet

Projektet Rens luften på plejehjemmet er støttet med midler fra Forebyggelsesfonden. Projektet startede i efteråret 2010 og varer et år. Når Rens luften på plejehjemmet udløber til efteråret, skal de erfaringer kommunen og Kræftens Bekæmpelse har opnået samles, så andre arbejdspladser kan drage nytte af dem.

