

# Z CUKRZYCĄ MOŻNA PRACOWAĆ

MARCIN WORNBAR

# Cukrzyca

- Polska jest jednym z krajów o najwyższej zachorowalności na cukrzycę
- Jest to choroba przewlekła na którą w Polsce choruje około 3 050 000 osób
- Ponad 750 000 osób chorujących na cukrzycę jeszcze o tym nie wie
- Otyłość stanowi znaczący czynnik ryzyka cukrzycy typu 2, (w Polsce otyłość dotyczy 21% mężczyzn i 22% kobiet, kolejne 40% mężczyzn i 28 % kobiet ma nadwagę)
- Choroba niedokrwienna serca występuje u połowy chorych na cukrzycę
- Najczęstszą przyczyną schyłkowej niewydolności nerek jest cukrzyca
- Każdego roku w Polsce dokonuje się 14 000 amputacji kończyn dolnych z powodu stopy cukrzycowej

# Stanowisko Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego przedstawione w zaleceniach dotyczących aktywności zawodowej chorych na cukrzycę:

- Jakiegokolwiek ograniczenia zawodowe powinny być nakładane na pacjenta po starannym przeanalizowaniu jego indywidualnej sytuacji i stanu zdrowia
- Charakter pracy, jej uciążliwość nie powinny utrudniać osiągnięcia wyrównania metabolicznego cukrzycy, a co się z tym wiąże – ochrony pacjenta przed rozwojem przewlekłych powikłań choroby

# 1. Ocena predyspozycji zdrowotnych do pracy.

# Ocena predyspozycji zdrowotnych do pracy u osoby chorującej na cukrzycę

- Należy rozróżnić sytuację, w której praca ma pogarszający wpływ na zdrowie pracownika i sytuacje, w której zdrowie pracownika ma wpływ na jakość jego pracy i możliwość jej komfortowego świadczenia, o czym może być zainteresowany pracodawca, ale nie może mieć to wpływu na decyzję orzeczniczą.

# Badanie wstępne lub okresowe u osoby chorej na cukrzycę

- Realizując zalecenie indywidualnego podejścia do każdego chorego z cukrzycą, powinno się dążyć do uzyskania pełnego obrazu choroby.
- W tym celu przydatne jest uzyskanie dokumentacji od lekarzy leczących chorego.

# Przydatne informacje od lekarzy leczących chorego z cukrzycą

- Data rozpoznania
- Typ cukrzycy
- Ocena wiedzy chorego na temat swojej choroby
- Stosowane leczenie
- Wykładniki wyrównania cukrzycy
- Skutki niepożądane leczenia, oraz powikłania

# Przydatne informacje od lekarzy leczących chorego z cukrzycą

- Ocena znajomości objawów hipoglikemii i umiejętność zapobiegania tym zdarzeniom
- Występowanie incydentów hipoglikemii wymagających interwencji osób trzecich, a zwłaszcza personelu medycznego, oraz ich częstotliwość
- Występowanie przewlekłych powikłań cukrzycy i ich stopień zaawansowania, w szczególności retinopatii i polineuropatii.



# Ocena predyspozycji zdrowotnych do pracy u osoby z cukrzycą

- Podział na dwie kategorie wymagań zdrowotnych dla chorego na cukrzycę w zależności od wykonywanych przez niego czynności zawodowych lub zajmowanego stanowiska pracy

# Wyższa kategoria wymagań zdrowotnych do pracy.

- Czynności i stanowiska wymagające pełnej sprawności psychoruchowej oraz związane z narażeniem na niekorzystne czynniki psychospołeczne
- Związek z bezpieczeństwem samego pracownika oraz jego otoczenia
- Bardziej restrykcyjne wymagania zdrowotne w kontekście wystąpienia zaburzeń świadomości, które mogą być wynikiem hipoglikemii w następstwie insulinoterapii lub rzadziej leczenia pochodnymi sulfonilomocznika.

# Wyższa kategoria wymagań zdrowotnych do pracy.

- Zawodowe kierowania pojazdami (przewozy ciężarowe i pasażerskie, kierowanie pociągami, taksówkarz)
- Służby mundurowe i ratownicze: siły zbrojne, policja, straż pożarna, straż gminna, ratownictwo, żegluga morska, służba więzienna, licencjonowani pracownicy ochrony

# Wyższa kategoria wymagań zdrowotnych do pracy.

- Lotnictwo cywilne: piloci i inżynierowie lotnictwa, personel pokładowy, kontroler ruchu lotniczego
- Zawody niebezpieczne: platformy wiertnicze, praca przy maszynach w ruchu, praca przy piecach, w wysokiej temperaturze, spalarniach, hutach itp. , na torach kolejowych, w górnictwie, praca na wysokościach

# Bezwzględne przeciwwskazania do pracy na stanowiskach związanych z wyższymi wymaganiami zdrowotnymi

- Nawracająca hipoglikemia lub nawet jeden niewyjaśniony medycznie incydent ciężkiej hipoglikemii
- Nieświadomość hipoglikemii nie rokująca poprawy, wynikająca z przewlekłych powikłań cukrzycy pod postacią neuropatii wegetatywnej, która upośledza zdolność do odczuwania narastającego niedocukrzenia i w efekcie braku reakcji chorego na spadek glikemii.

# Bezwzględne przeciwwskazania do pracy na stanowiskach związanych z wyższymi wymaganiami zdrowotnymi

- Zaawansowane powikłania ze strony narządu wzroku, najczęściej pod postacią retinopatii cukrzycowej lub zaćmy z upośledzeniem wzroku
- Inne zaawansowane powikłania cukrzycy
- Opinia lekarza prowadzącego cukrzycę, stwierdzająca wysokie ryzyko hipoglikemii lub nieodczuwania objawów prodromalnych niedocukrzenia

# Względne przeciwwskazania do pracy na stanowiskach związanych z wyższymi wymaganiami zdrowotnymi – w przypadku stanów rokujących poprawę

- Brak wyrównania metabolicznego choroby (HbA1C>8%)
- Brak samokontroli glikemii lub niska umiejętność jej kontrolowania
- Niedostateczna wiedza pacjenta dotycząca cukrzycy, hipoglikemii oraz sposobów jej zapobiegania
- Niestosowanie się do zaleceń lekarskich

# Warunki do orzekania o braku przeciwwskazań do pracy na stanowiskach związanych z wyższymi wymaganiami zdrowotnymi

- Uzyskanie opinii lekarza prowadzącego
- Udokumentowana, dobra kontrola glikemii
- Terminy kolejnych badań okresowych:
  - Za 3 miesiące w przypadku pacjenta, dla którego są to pierwsze badania okresowe po rozpoznaniu cukrzycy
  - Za 6 miesięcy w przypadku pacjenta leczonego insuliną
  - Za 1 rok w przypadku pacjenta leczonego lekami doustnymi



# Warunki do orzekania o braku przeciwwskazań do pracy na stanowiskach związanych z niższymi wymaganiami zdrowotnymi

- Przeciwwskazania powinny być za każdym razem ustalane indywidualnie, w zależności od zaawansowania choroby, istniejących powikłań oraz wymagań zdrowotnych dla danego stanowiska pracy
- Terminy kolejnych badań okresowych w ciągu:
  - 1 roku u chorych leczonych insuliną
  - 2 lat u chorych leczonych doustnie

# Niższa kategoria wymagań zdrowotnych do pracy.

- Czynności i stanowiska pracy oraz występujące na nich czynniki szkodliwe i uciążliwości, które mogą niekorzystnie wpływać na przebieg cukrzycy
- W zależności od indywidualnej oceny stanu zdrowia niezalecane, a nie a priori przeciwwskazane

# Niższa kategoria wymagań zdrowotnych do pracy.

- Stanowiska wymagające zwiększonego wysiłku fizycznego, zwłaszcza o statycznym charakterze (np. górnik, hutnik)
- Stanowiska ze zmianowym i nocnym czasem pracy
- Stanowiska związane z przygotowaniem i sprzedażą żywności, jak cukiernik, kucharz, piekarz (pokusy błędów dietetycznych)

# Niższa kategoria wymagań zdrowotnych do pracy.

- Stanowiska wiążące się z prowadzeniem zmiennego stylu odżywiania (np. handlowiec)
- Stanowiska z narażeniem na pestycydy – związki kwasu dwuchlorofenoksy-octowego, np. dichlorprop, merkoprop)

# Przekazanie choremu na cukrzycę szeregu zaleceń istotnych dla bezpieczeństwa pracy

- Posiadać przy sobie legitymację lub bransoletkę chorego na cukrzycę
- Mieć w zasięgu wystarczającą ilość szybko przyswajalnych węglowodanów
- Posiadać glukometr i paski testowe
- W razie wystąpienia objawów hipoglikemii natychmiast przerwać wykonywanie czynności grożące wypadkiem i odczekać 15 min od ustąpienia objawów przed ponownym podjęciem pracy

# Przekazanie choremu na cukrzycę szeregu zaleceń istotnych dla bezpieczeństwa pracy

- Przestrzegać godzin przyjmowania leków i spożywania posiłków o określonej wartości energetycznej
- Poinformować przełożonego i współpracowników o incydentach hipoglikemii lub innych objawach niewyrównania cukrzycy, o zmianie leczenia cukrzycy, a także o sposobie udzielania pomocy

# Współpraca z pracodawcą jest istotna dla bezpieczeństwa pracy

- Pracodawca ma prawo wiedzieć, kto choruje na cukrzycę
- Pracodawca powinien umożliwić choremu kontrolowanie poziomu glikemii w trakcie pracy, umożliwić krótkie przerwy na dodatkowe posiłki, umożliwić rezygnację z pracy zmianowej

# Podsumowanie

- Indywidualizacja podejścia do każdego chorego na cukrzycę powinna znaleźć odzwierciedlenie w postępowaniu orzeczniczym kwalifikującym do pracy
- Sam fakt chorowania na cukrzycę nie może automatycznie czynić z takiej osoby pracownika gorszej jakości, tym bardziej, że skuteczna terapia cukrzycy pozwala przez wiele lat utrzymywać dobry stan zdrowia i możliwość pozostania aktywnym zawodowo.



# Podsumowanie

- Pacjenci cechujący się obecnością zaawansowanych powikłań przewlekłych cukrzycy nie mogą wykonywać prac, w których uszkodzenie danego narządu (głównie wzroku lub układu nerwowego), mogłoby mieć wpływ na bezpieczeństwo danej pracy. Nie powinno to jednak przeszkadzać w podejmowaniu pracy o innym charakterze, dla której dane powikłanie nie będzie miało znaczenia.
- Charakter pracy, jej uciążliwość nie powinny utrudniać osiągnięcia wyrównania metabolicznego cukrzycy, a co się z tym wiąże – ochrony pacjenta przed rozwojem przewlekłych powikłań

# Ocena predyspozycji zdrowotnych do kierowania pojazdami

- Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 17 lipca 2014r w sprawie badań lekarskich osób ubiegających się o uprawnienia do pojazdami i kierowców Dz.U.2014.949
- Chory składa oświadczenie dotyczące stanu zdrowia

# Szczegółowe warunki badania lekarskiego w zakresie cukrzycy

- Osobie leczonej farmakologicznie z powodu cukrzycy, ubiegającej się o prawo jazdy kat. AM, A1, A2, A, B1, B, B+E, lub T można orzec zdolność do prowadzenia pojazdów maksymalnie na 5 lat
- Osobie leczonej farmakologicznie z powodu cukrzycy, ubiegającej się o prawo jazdy kat. C1, C1+E, C, C+E, D1, D1+E, D, D+E lub pozwolenie na kierowanie tramwajem można orzec zdolność do prowadzenia pojazdów maksymalnie na 3 lata przy leczeniu lekami doustnymi i na 1 rok przy leczeniu insuliną

# Bezwzględne przeciwwskazania do kierowania pojazdami

- Dla osób ubiegających się o prawo jazdy kat. AM, A1, A2, A, B1, B, B+E, lub T
  - Nawracająca ciężka hipoglikemia
  - Nieświadomość hipoglikemii
- Dla osób ubiegających się o prawo jazdy kat. C1, C1+E, C, C+E, D1, D1+E, D, D+E lub pozwolenie na kierowanie tramwajem
  - Jakikolwiek przypadek ciężkiej hipoglikemii
  - Nieświadomość hipoglikemii
  - Inne powikłania związane z cukrzycą, wykluczające możliwość kierowania pojazdami