



Pracodawcy w grupie ryzyka, czyli jak skutecznie ograniczyć ekonomiczne konsekwencje grypy

Poradnik dla pracodawców

Pracodawcy w grupie ryzyka,

czyli jak skutecznie ograniczać ekonomiczne konsekwencje grypy.

Poradnik dla pracodawców

Biuletyn powstał w ramach realizacji projektu Ogólnopolskiego Programu Zwalczenia Grypy

Dostępny w wersji elektronicznej na stronach Programu:

www.opzg.pl, www.grypoodporni.pl

Wydawca:

Instytut Oświaty Zdrowotnej Fundacja Haliny Osieńskiej
ul. Złota 61 lok.100, 00-819 Warszawa

Opracowanie graficzne i druk:

Rafał Pugacz, RA-V-Studio, tel. 601 213 028

Warszawa 2014

Wydanie II uzupełnione

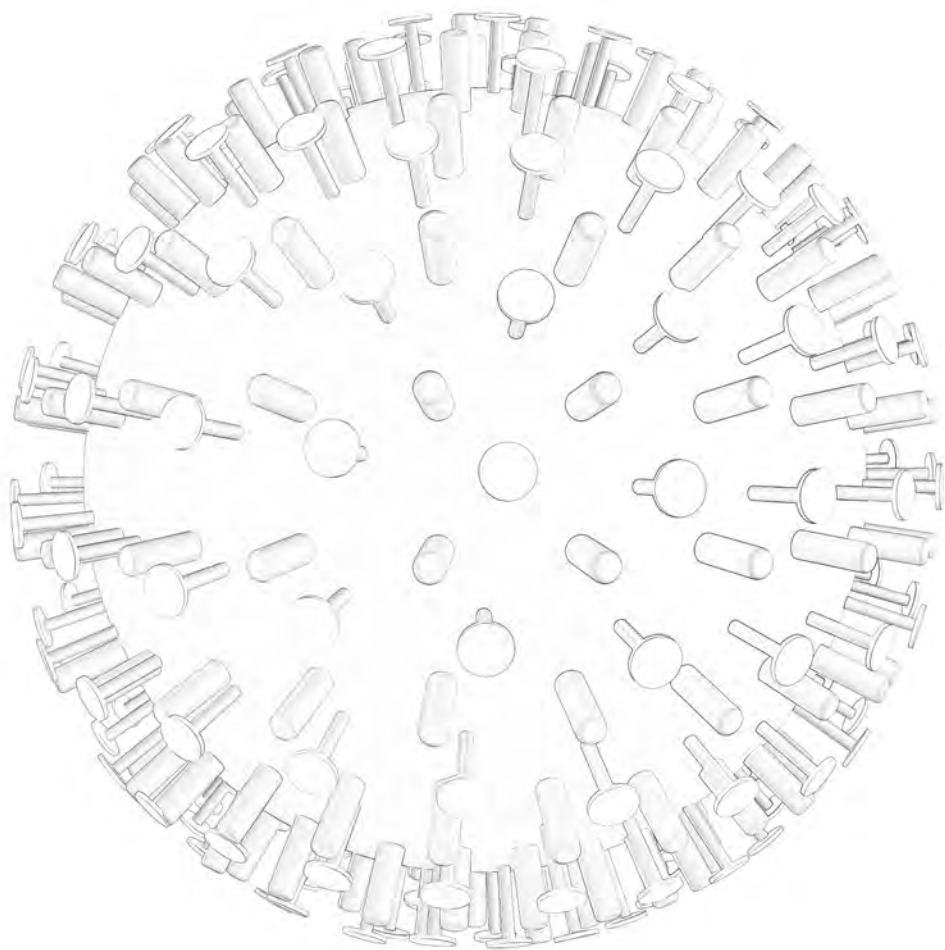


Wydanie finansowane ze środków
Instytutu Oświaty Zdrowotnej Fundacji Haliny Osieńskiej
w ramach realizacji projektu
Ogólnopolskiego Programu Zwalczenia Grypy



Pracodawcy w grupie ryzyka, czyli jak skutecznie ograniczać ekonomiczne konsekwencje grypy

Czym jest grypa?	3
Wpływ grypy na funkcjonowanie firm	4
Koszty grypy w Polsce	5
Efektywność szczepień przeciw grypie na świecie	6
Kluczowe wyzwania dla polskich firm	7
Korzyści wynikające ze szczepień	8
Jak przekonać pracownika do szczepień?	9
Zorganizuj akcję szczepień w swojej firmie – krok po kroku	10
Jak zachowywać się podczas szczytu zachorowań i w czasie epidemii?	11
Technika mycia rąk - z użyciem wody	12
Higiena dróg oddechowych	13
Zachowywanie odległości między ludźmi	14
Inne środki higieny i profilaktyki	15
Bibliografia	16



Czym jest Grypa?

Grypa jest wysoce zakaźną chorobą infekcyjną.¹ **Chory może być źródłem zakażenia nawet przez kilka dni, przed pojawieniem się objawów.** Często niewłaściwie diagnozowana i niedoceniana, nie jest „ciężkim przeziębieniem”, lecz może prowadzić do licznych powikłań. Jej objawy nie są specyficzne, więc łatwo może być mylona z innymi infekcjami wirusowymi.



Powikłania pogrypowe mogą być ciężkie w przebiegu i obejmują wtórne zakażenia bakteryjne i wirusowe (w tym bardzo często zapalenie płuc) oraz zaostrzenie współistniejących chorób przewlekłych układu oddechowego, sercowo-naczyniowego, cukrzycy, chorób wątroby i nerek. Ryzyko rozwoju poważnych powikłań po zakażeniu wirusem grypy jest podwyższone u dzieci, osób starszych i chorujących przewlekle.¹

Grypa przenosi się z człowieka na człowieka drogą kropelkową w czasie kichania, kaszlu lub mówienia, albo poprzez kontakt ze skażonymi przedmiotami. Transmisja wirusa jest ułatwiona w zatłoczonych pomieszczeniach o złej wentylacji, w których panuje niska temperatura i wysoka wilgotność.

Szacuje się, że na świecie co sezon odnotowuje się:

- 1 mld przypadków grypy,
- ciężki przebieg grypy i powikłania w 3 - 5 mln przypadków,
- 300.000 - 500.000 zgonów z powodu grypy i jej powikłań.²

W krajach rozwiniętych choruje na grypę **ok. 10-20% społeczeństwa**. W sezonie 2013/2014 w Polsce odnotowano prawie **2,7 mln zachorowań** i podejrzeń zachorowań na grypę, ponad **9 tys. hospitalizacji i 15 zgonów**,³ a to jedynie wierzchołek grypowej góry lodowej.



W czasie kichnięcia wirus grypy porusza się z prędkością ok. 167 km/h pokonując 50 m w czasie 1 sekundy

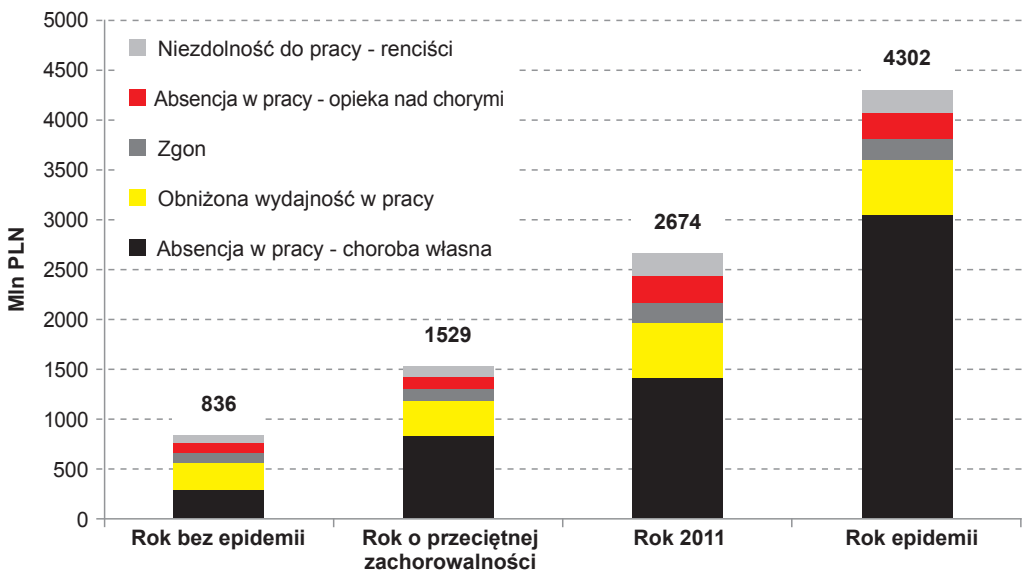
Wpływ grypy na funkcjonowanie firm

- ▶ **Grypa odpowiedzialna jest za 12% absencji na świecie.**
- ▶ **Okres zakaźności grypy rozpoczyna się już na 1-2 dni przed pojawianiem się pierwszych objawów grypy.**
 - W tym czasie dochodzi do transmisji wirusa na 5 do 20% współpracowników.
 - Po 2-3 dniach 10-20% pracowników może znaleźć się na zwolnieniu lekarskim trwającym co najmniej 3-4 dni.
- ▶ **Typowe przypadki grypy związane są z koniecznością spędzenia 3-4 dni w łóżku oraz ograniczenia aktywności i sprawności przez następane kilkanaście dni.**
 - Potrzebne są co najmniej 2 tygodnie na powrót do pełnej formy.
 - U osób, które pracują będąc chorymi na grype stwierdzono osłabienie czasu reakcji o 20-40% - może to spowodować obrażenia pracowników lub błędy, które niosą znaczne koszty dla firmy.
- ▶ **Dla pracodawców, grypa to również bardzo wymierny problem finansowy, związany z kosztami pośrednimi, takimi jak ^{4,5}:**
 - koszty absencji zawodowej,
 - koszty zastępstwa na czas choroby,
 - koszty utraconej produktywności.
- ▶ **W krajach rozwiniętych koszty pośrednie stanowią większość obciążeń ekonomicznych powodowanych przez grype i stanowią 82% wszystkich kosztów grypy w Niemczech⁶, 80-90% we Francji⁷ i 88% w USA⁸.**



Szacując konsekwencje grypy, należy uwzględnić zarówno ich skutki zdrowotne, jak i wymiar ekonomiczny. **Koszty bezpośrednie leczenia grypy** (tj. wydatki na leki, wizyty u lekarzy, hospitalizacje) stanowią tylko niewielką część łącznych kosztów ponoszonych przez społeczeństwo w związku z zachorowaniami na gripę oraz ich powikłaniami i wynoszą **w roku bez epidemii ok. 43,5 mln PLN**. Natomiast **koszty pośrednie** odzwierciedlają straty, które ponosi gospodarka wskutek absencji chorobowej pracowników, ich obniżonej wydajności, a także ewentualnej ich trwałej niezdolności do pracy lub zgonu. Oszacowano, że w latach bez epidemii koszty pośrednie związane z gripą wynoszą w Polsce ok. 836 mln PLN rocznie. **W przypadku wystąpienia epidemii mogą być kilkakrotnie wyższe i sięgać nawet 4,3 mld PLN rocznie**, co stanowi poważną stratę dla gospodarki kraju i poszczególnych przedsiębiorstw⁹ (Wykres 1.).

Wykres 1. Struktura rocznych kosztów pośrednich grypy w zależności od scenariusza epidemicznego w Polsce.⁹



► Dane z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych wskazują, że w Polsce:¹⁰

- Wśród przyczyn nieobecności w pracy, choroby układu oddechowego plasują się na jednym z pierwszych miejsc.
- Około 25% zwolnień lekarskich wystawianych jest właśnie z powodu grypy i infekcji górnych dróg oddechowych.

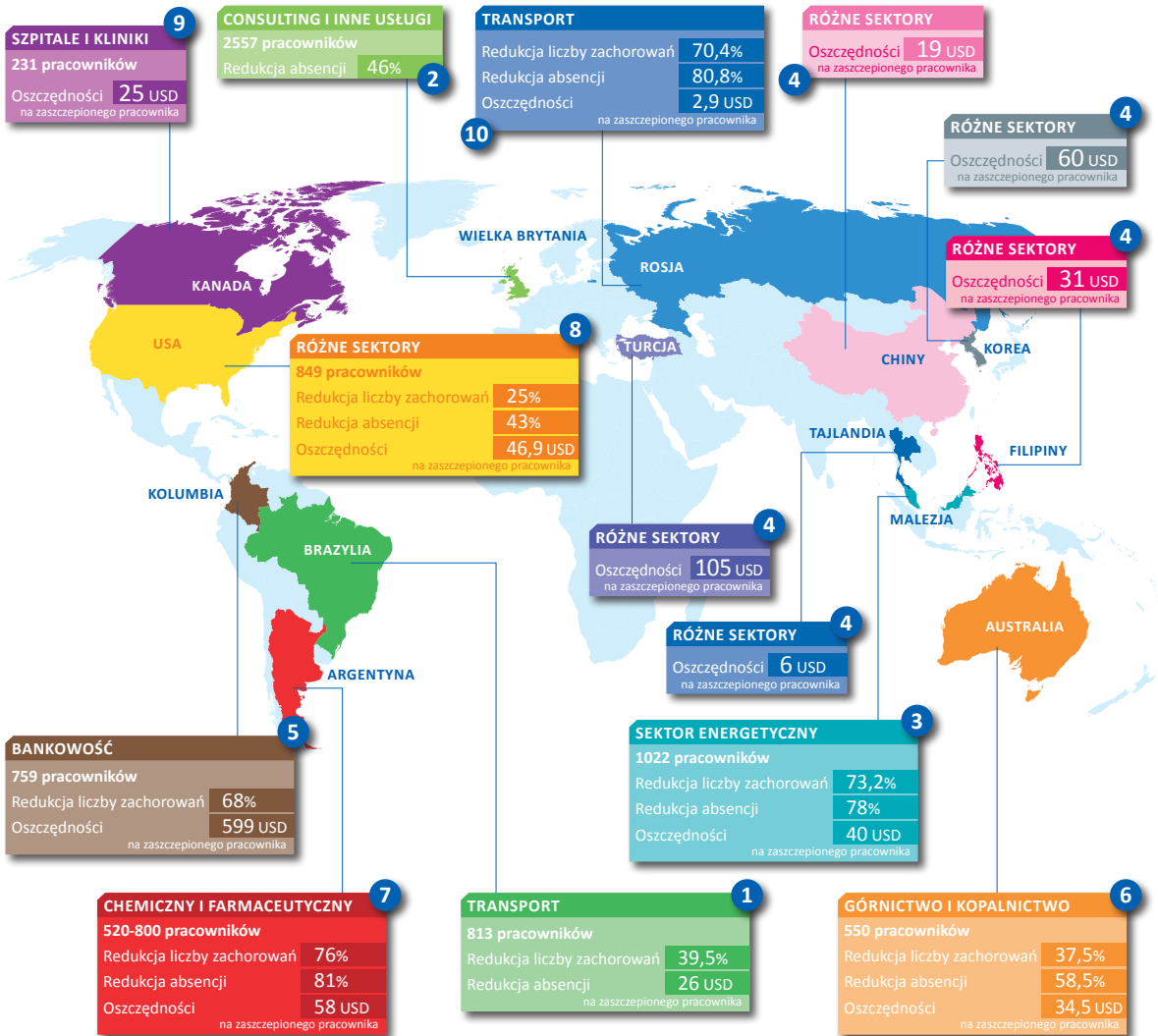
► Badania i analizy statystyczne wykazały, że:¹¹

- Absencja wśród pracowników zaszczepionych była co najmniej 2-krotnie niższa niż pracowników niezaszczepionych.
- Koszty leczenia grypy i straty nią spowodowane są nawet 4 krotnie wyższe od kosztów szczepień.

Efektywność szczepień przeciw grypie na świecie

Wyniki opublikowanych badań wyraźnie wskazują,¹² że szczepienia przeciw grypie prowadzone w populacji dorosłych aktywnych zawodowo są interwencją nie tylko efektywną kosztowo, ale przynoszącą wymierne korzyści związane z oszczędnościami, zarówno dla pracodawców, jak i społeczeństwa, jako całości (patrz rysunek 1).

Rysunek 1. Wyniki badań, które potwierdziły medyczną i kosztową efektywność szczepień przeciw grypie.¹²



Realizując szczepienia przeciw grypie można uzyskać znaczące ekonomicznie obniżenie kosztów tej choroby

Zapewnienie pełnej produktywności wśród pracowników.



Poprzez unikanie ryzyka absencji i ograniczenie jej kosztów oraz wpływu na organizację pracy.

Podejmowanie właściwych decyzji inwestycyjnych i kontrola kosztów.



Poprzez zarządzanie organizacją w oparciu o analizę decyzji i wybory rozwiązań efektywnych kosztowo.

Zabezpieczenie satysfakcji pracowników.



Poprzez podkreślenie korzyści wynikających z oferowanych przez firmę bonusów socjalno-zdrowotnych (w tym programów profilaktycznych).



DLA FIRMY

Poprawa warunków pracy pracowników i zabezpieczenie funkcjonowania biznesu:

- Znaczące zmniejszenie absencji zawodowej
- Uniknięcie kosztów zastępstwa na stanowisku
- Uniknięcie kosztów reorganizacji w pracy
- Poprawa (utrzymanie) wydajności pracy
- Poprawa satysfakcji pracowników (retencja Pracowników)
- Poprawa wizerunku firmy, poprzez dbałość o warunki socjalno-zdrowotne i oferowanie pracownikom dodatkowych korzyści



Wykupując pakiet zdrowotny dla swoich pracowników
zadbaj o to, aby nie płacić za gripę podwójnie.
Niewykorzystane szczepienie wróci do Ciebie
w postaci kosztów absencji Twoich pracowników.

DLA PRACOWNIKÓW

Zabezpieczenie indywidualne ograniczające ryzyko dyskomfortu chorowania i transmisję wirusa na rodzinę i współpracowników.

- Ochrona przed zachorowaniem i powikłaniami przez cały sezon grypowy
- Uniknięcie kosztów leczenia lub rehabilitacji (w przypadku powikłań)
- Uniknięcie redukcji wynagrodzenia w czasie zwolnienia chorobowego
- Redukcja ryzyka transmisji wirusa na członków Rodziny i współpracowników
- Dodatkowe świadczenie socjalne (możliwe rozszerzenie świadczeń na członków rodziny)

Jak przekonać pracownika do szczepień?

Socjologdy biznesu zalecają, aby promując szczepienia wśród pracowników trzymać się poniższych zasad:

I Argumenty, które przekonują Pracodawcę, niekoniecznie muszą przekonywać Pracownika

- ▶ Nie nakazuj, bo w tym przypadku, nawet, jeśli jesteś szefem, nic nie zyskasz - skutek może być odwrotny od zamierzonego. Używaj języka korzyści istotnych dla Pracownika.



II Liczy się człowiek, a nie ogół

- ▶ Jeżeli masz taką możliwość, przygotuj się na indywidualną komunikację z pracownikami. Pamiętaj, że kierując jednakowy i wspólny przekaz do wszystkich, osłabiasz jego siłę.



III Obopólna korzyść

- ▶ Nie mów pracownikowi, co dzięki szczepieniom uzyska twoja firma. Mów o korzyściach, jakie płyną bezpośrednio dla niego i jego współpracowników.



Zorganizuj akcję szczepień w swojej firmie

– krok po kroku¹³

- ▶ Uczyń szczepienie pracowników jednym z celów biznesowych w obszarze HR oraz dedykuj osobę odpowiedzialną za jego realizację.
- ▶ Sprawdź, czy wykupiony przez Ciebie dla pracowników pakiet medyczny obejmuje szczepienia. Jeśli tak, poinformuj o tym swoich pracowników w sezonie szczepień przeciw grypie (wrzesień-grudzień) mailem lub w inny sposób przyjęty w twojej firmie. Bardzo istotnie jest, aby przypomnieć, że każdy z nich może skorzystać bezpłatnie z konsultacji lekarskiej i szczepienia.
- ▶ Jeśli nie masz szczepień w wykupionym pakiecie – zbiierz informację od pracowników, którzy chcieliby się zaszczepić i ułatw im skorzystanie ze szczepień organizując punkt szczepień w swojej firmie (zamiast zwalniać się na szczepienia wykonują je wszyscy sprawnie na miejscu). Warto zaproponować pracownikom bezpłatne szczepienia, bo jest to inwestycja z wysoką stopą zwrotu. Koszt zwolnień lekarskich i zastępstw jest znacznie wyższy.
- ▶ Warto wysłać pracownikom przypomnienie o tym, że już czas zaszczepić się przeciw grypie, ale znacznie skuteczniejsze jest służyć pozytywnym przykładem. Zaszczep się sam i zachęć do tego całe kierownictwo firmy. Zaangażuj ich w proces informacyjny i motywacyjny, podkreślając kwestię odpowiedzialności za transmisję wirusa na osoby z grup ryzyka i współpracowników.
- ▶ Pozwól swoim pracownikom na wykonanie szczepień w godzinach pracy lub sięgnij po inne sposoby motywacji np. konkurs na to, w którym z działów firmy zaszczepi się najwięcej pracowników.
- ▶ Aktywnie promuj szczepienia w swojej firmie – materiały i narzędzia znajdziesz na stronie Ogólnopolskiego Programu Zwalczenia Grypy www.opzg.pl oraz Społecznej Kampanii Informacyjnej www.grypoodporni.pl.
- ▶ Zadbaj o komunikację wizualną szczepień w firmie np. powieś na terenie swojej firmy plakaty dotyczące wagi szczepień lub informujące o szczepieniach (dostępne na www.grypoodporni.pl/plakat).
- ▶ Przedrukuj informacje dotyczące grypy z tej broszury w firmowym newsletterze (jeżeli korzystasz z tego narzędzia).

Jak zachowywać się podczas szczytu zachorowań i w czasie epidemii?

Szczyt zachorowań na grypę w Polsce przypada zazwyczaj na okres od stycznia do marca. Grypa to choroba zakaźna, rozprzestrzeniająca się drogą kropelkową. Wirus grypy przenosi się, gdy stykamy się z zakażoną osobą, która wydmuchuje nos, kaszle, kicha lub mówi. Może też być transmitowany przez podanie ręki zakażonej osobie lub przez dotykanie skażonych powierzchni.

Istotne jest to szczególnie w dużych skupiskach ludzi jakimi często są firmy, biura, zakłady produkcyjne.

Zaszczepieni pracownicy są bezpieczni, ale na pewno nie wszystkich uda się przekonać do szczepienia. Są również tacy, którzy mają przeciwwskazania do szczepień i tych trzeba w szczególny sposób chronić.

Dlatego tak ważne jest, aby stosować się do zasad higieny osobistej oraz higieny kontaktów międzyludzkich. Częste mycie rąk, wietrzenie pomieszczeń (czyszczenie klimatyzacji), stosowanie chusteczek higienicznych to proste środki, które pozwalają ograniczyć transmisję wirusa pomiędzy ludźmi. Istotne jest również to, aby tak zorganizować pracę w biurze/przedsiębiorstwie, aby osoby potencjalnie chore, miały jak najmniej okazji do zarażenia innych. W tym czasie zalecane jest ograniczanie zebrań i masowych spotkań biurowych, preferowanie rozmów telefonicznych i wymiany e-maili. Warto, przynajmniej dla niektórych pracowników, wprowadzić czasowo opcję pracy w domu (tzw. home office).

Kluczem do sukcesu jest edukacja i efektywne informowanie pracowników, a w szczególności przekazywanie prostych instrukcji dotyczących pożądanych sposobów zachowania się w miejscu pracy. Należą do nich:

- Technika mycia rąk
- Higiena dróg oddechowych, czyli jak kasłać, kichać i wydmuchiwać nos
- Zachowywanie odległości między ludźmi w biurze
- Inne środki higieny i profilaktyki

Czy wiesz, że:

Wirus grypy może utrzymywać się:

- ▶ do 24 godzin na powierzchniach gładkich (np. stoły, blaty, klamki)
- ▶ do 12 godzin na powierzchniach porowatych
- ▶ do 15 minut na chustach, chusteczkach oraz ubraniach
- ▶ do 8 minut na dłoniach

Wirus grypy preferuje niskie temperatury:

- ▶ w temperaturze 4°C może przeżyć nawet 48 godzin
- ▶ w temperaturze 20°C - jedynie 4 godziny
- ▶ w lodzie - wiele lat

Technika mycia rąk - z użyciem wody



1

Zwilż ręce ciepłą wodą. Nałóż mydło w płynie w zagłębienie dłoni.



2

Rozprowadź je czubkami palców drugiej ręki.



3

Namydl obydwie wewnętrzne powierzchnie dłoni.



4

Spleć palce i namydl je.



5

Namydl wierzch jednej dłoni wnętrzem drugiej dłoni i na przemian.



6

Namydl kciuk jednej dłoni drugą ręką i na przemian.



7

Namydl obydwa nadgarški.



8

Splucz starannie dłonie żeby usunąć mydło.



9

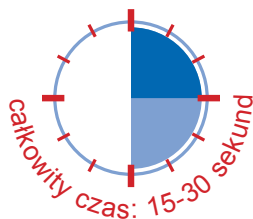
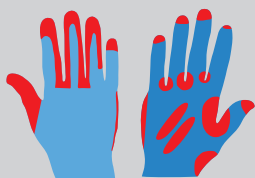
Wysusz je starannie wycierając w papierowy ręcznik.

10



Zakręcając kran dotykaj go przez papierowy ręcznik, żeby uniknąć ponownego zakażenia. Wyrzuć ręcznik do kosza.

Nie zapomnij umyć tych obszarów dłoni



całkowity czas: 15-30 sekund

Ponadto...

Regularnie używaj kremu nawilżającego do rąk, żeby uniknąć pękania naskórka

Ważne zalecenia

W miarę możliwości nie noś pierścionków, bransoletek i zegarka na rękę, które zatrzymują wilgoć i mogą sprzyjać rozwojowi drobnoustrojów

Mycie rąk jest skuteczne w dużej mierze dzięki energicznemu namydłaniu

Higiena dróg oddechowych •••••

Jak kasłać, kichać i wydmuchiwać nos

Gdy używasz chusteczek higienicznych



Gdy kaszlesz lub kichasz, osłoń usta i nos husteczką higieniczną.



Po użyciu wyrzuć chusteczkę do kosza.



Umyj ręce wodą i mydłem i/lub użyj roztworu wodnoalkoholowego.

Gdy nie masz pod ręką chusteczki



Kasłając/kichając zasłaniaj usta i nos ręką zgiętą w łokciu...

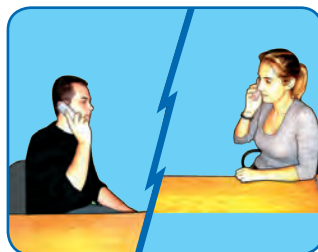


...lub zasłaniaj usta i nos ramieniem.

Ważne zalecenie

Unikaj bezpośredniego dotykania twarzy rękami - nie dotykaj oczu, ust czy nosa. Jeśli konieczne - dotykaj przez chusteczkę

Zebrań



Preferuj telekonferencje i kontakty mailowe

Posiłki

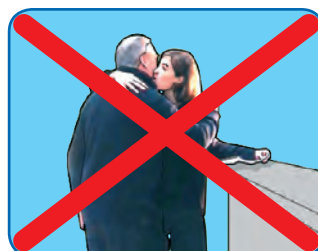


Bez wspólnych posiłków i spotkań przy kawie

Przy fotokopiarence i powitania



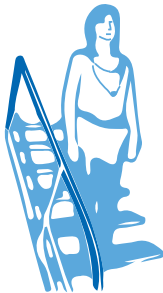
Poczekaj, aż przy fotokopiarence
nikogo nie będzie



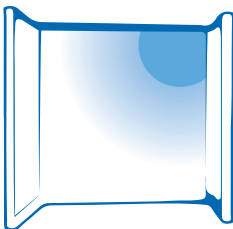
Witaj się bez fizycznego
kontaktu



Unikaj dotykania powierzchni, które mogły być dotykane przez innych. Dotykaj przez chusteczkę, otwieraj drzwi łokciem itp.



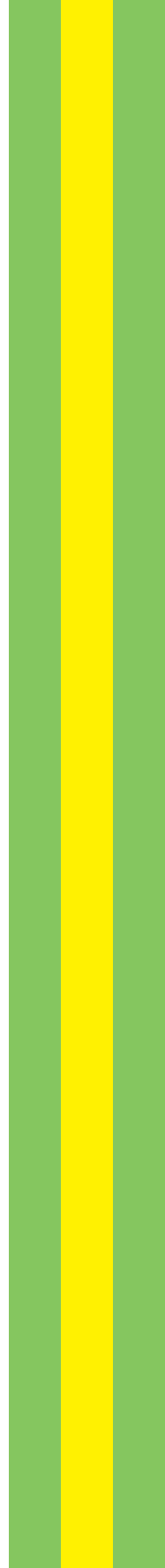
Unikaj dotykania poręczy schodów, ale chwytaj się jej, żeby uniknąć upadku.



Regularnie wietrz pokój.

Materiał opracowano na podstawie:

1. Prevention and Control of Influenza with Vaccines. Recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP), 2010. MMWR, 2010; 59:1-64.
2. WHO. Influenza vaccines. Weekly Epidemiological Record 2005; 33: 279–87.
3. Meldunki epidemiologiczne NIZP-PZH, dostępne na www.pzh.gov.pl.
4. Nichol KL. The efficacy, effectiveness and cost-effectiveness of inactivated influenza virus vaccines. Vaccine. May 1 2003;21(16):1769-1775.
5. Nichol KL. Cost-benefit analysis of a strategy to vaccinate healthy working adults against influenza. Arch Intern Med. Mar 12 2001;161(5):749-759.
6. Kressin BW, Hallauer JF. Ökonomische bedeutung der schutzimpfung. Deutsches Ärzteblatt 1999; 96: B275–6.
7. Levy E. French economic evaluations of influenza and influenza vaccination. Pharmacoeconomics 1996; 9 (Suppl 3): 62–6.
8. Molinari NA, et al. The annual impact of seasonal influenza in the US: measuring disease burden and costs. Vaccine 2007; 25: 5086–96.
9. „Grypa i jej koszty”- Wstępne studium kosztów grypy w Polsce”, Ernst&Young, Grupa Robocza ds. Grypy, dostępne na www.opzg.pl.
10. Absencja Chorobowa w 2010 roku. Zakład Ubezpieczeń Społecznych. Departament Statystyki i prognoz aktuarialnych. Warszawa, 2011.
11. Grzešek G. et al. Medycyna Pracy, 2002; 53;4: 329-332.
12. Opracowano na podstawie: 1- Mixéu MA et al. Impact of influenza vaccination on civilian aircrew illness and absenteeism. Aviat-space-environ-Med, 2002;vol 73(9): 876-880; 2- Leighton L et al. Sickness absence following a campaign of vaccination against influenza in the working place. Occup. Med. 1996;46(2):146-50; 3- Samad AH et al. Influenza vaccination in a Malaysian company: what are the cost and benefits for the employers? ICS. 2004; vol 1263C:5859; 4-Tasset-Tisseau A et al. Influenza corporate vaccination programs: an international modeling approach. ICS 2004; vol 1263C:600-4; 5- Morales A et al. Costs and benefits of influenza vaccination and work productivity in a Colombian company from the employer's perspective. Value in Health. 2004;7(4):433-41; 6- Cohen P et al. Influenza vaccination in an occupational setting: effectiveness and cost-benefit study. Occup Health Safety. 2003;19(2):167-82; 7- Santoro N et al. Nine years of influenza vaccination against influenza in healthy working adults. N Engl J Med. 1995;333(14):889-93; 9- Yassi A et al. Effectiveness and cost benefit of an influenza vaccination program for health care workers. Can J Infect Dis. 1991;2(3):101-8; 10- Atkov OV et al. A worksite influenza vaccination program in Russia: a cost benefit analysis. Presented at ISPOR 10th Annual European Congress.2007; Dublin, Ireland.
13. Make It Your Business To Fight The Flu. A toolkit for Businesses and Employers. CDC. Department of Health & Human Services. USA.





Ogólnopolski Program Zwalczenia Grypy to zapoczątkowana przez Ekspertów inicjatywa społeczna mająca na celu edukację Polaków w zakresie profilaktyki zachorowań na grypę oraz ograniczenia skutków medycznych, społecznych i ekonomicznych z nimi związanych.

Więcej na stronach:
www.opzg.pl
www.instytutoz.org



Wydanie finansowane ze środków
Instytutu Oświaty Zdrowotnej Fundacji Haliny Osieńskiej
w ramach realizacji projektu
Ogólnopolskiego Programu Zwalczenia Grypy