**Onemocnění bederní páteře je nyní nově považováno
za nemoc z povolání**

**Praha, 3. února 2023 - Mnoho lidí má zdravotní potíže, za které může jejich profese a pracovní náplň. Mezi nejčastější nemoci z povolání patří syndrom karpálního tunelu, který postihuje zaměstnance od kancelářských pozic až po zemědělství. Další častou nemocí z povolání je astma. A nyní nově od ledna 2023 patří do této kategorie také obtíže se zády. Konkrétně problémy s bederní páteří, které postihují zejména zaměstnance, kteří se fyzicky přetěžují například nošením těžkého nákladu.**

Vědecké studie prokázaly, že zvýšené riziko při vzniku zdravotních problémů s bederní páteří je zejména u pracovníků, kteří vykonávají ruční manipulaci s břemeny nebo opakovaně zaujímají nepřirozené polohy trupu. „Jedná se hlavně o profese, kde dochází k chronickému přetěžování páteře, u pracovníků, kteří vykonávají těžkou fyzickou práci, většinou s opakovanou ruční manipulací břemen, popřípadě práci v nefyziologických polohách v kombinaci se svalovou nerovnováhou. Většinou se jedná o pracovníky ve stavebnictví, hornické profese, pracovníky v huťařských provozech, ale i pracovníky ve skladech, či ve zdravotnictví,“ říká MUDr. Jarmila Zipserová, primářka Neurorehabilitační kliniky Axon.

**Jak rozpoznat problémy s bederní páteří?**Prvním signálem je bolest v bederní oblasti, která se postupně může rozšiřovat i do končetin. Je třeba tomu věnovat pozornost, aby nedocházelo k dalšímu poškozování důležitých struktur jako jsou vazy a meziobratlové ploténky.

**Jak prokázat onemocnění z povolání**

„Důležité je získat správnou diagnózu od neurologa, který potvrdí chronické onemocnění bederní páteře požadovaného stupně. Nutné je také mít výsledky vyšetření magnetickou rezonancí a splněné předběžné podmínky, tj. nejméně 3 roky práce, při niž se zaměstnanec pravidelně ohýbal či přesunoval nebo přemisťoval těžká břemena. Onemocnění bederní páteře by také mělo trvat nejméně 12 měsíců,“ říká MUDr. Jarmila Zipserová.

**Správná prevence**Je důležité věnovat pozornost správné manipulaci s břemeny, samozřejmostí by mělo být správné vyškolení od zaměstnavatele. V prevenci by měl zaměstnavatel sehrát klíčovou roli, ten je za své pracovníky zodpovědný, co se týká zajištění vhodných podmínek, poučení a dohlížení na dodržování správných pracovních postupů.

Nutné je také u exponovaných profesí docházet na pravidelné zdravotní prohlídky i neurologická vyšetření. A zapomínat by se také nemělo na prevenci v podobě zdravého životního stylu (zdravá strava, hlídání si ideální váhy a dostatek pohybu).

**Za pracovní neschopnost je možné získat finanční náhradu**V případě uznané pracovní neschopnosti je vyplácena zaměstnanci finanční náhrada za ztrátu výdělku po dobu pracovní neschopnosti, náhrada za bolest či jsou hrazeny případné náklady spojené s léčením. Pokud zaměstnanec nemůže práci již déle vykonávat a není pro něj možná jiná práce, tak je možné získat odstupné.