



# Betydelsen av medicinsk studie- och yrkesvägledning hos ungdomar med astma allergisjukdom och eksem

Marina Jonsson  
Allergisamordnare, med dr  
Centrum för arbets- och miljömedicin



## Välkommen till Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM)

Vi arbetar för god hälsa, hälsosam miljö och goda arbetsförhållanden i Stockholms län.

### Hitta direkt

[Aktuella seminarier](#)



[Våra faktablad](#)



[Våra rapporter](#)





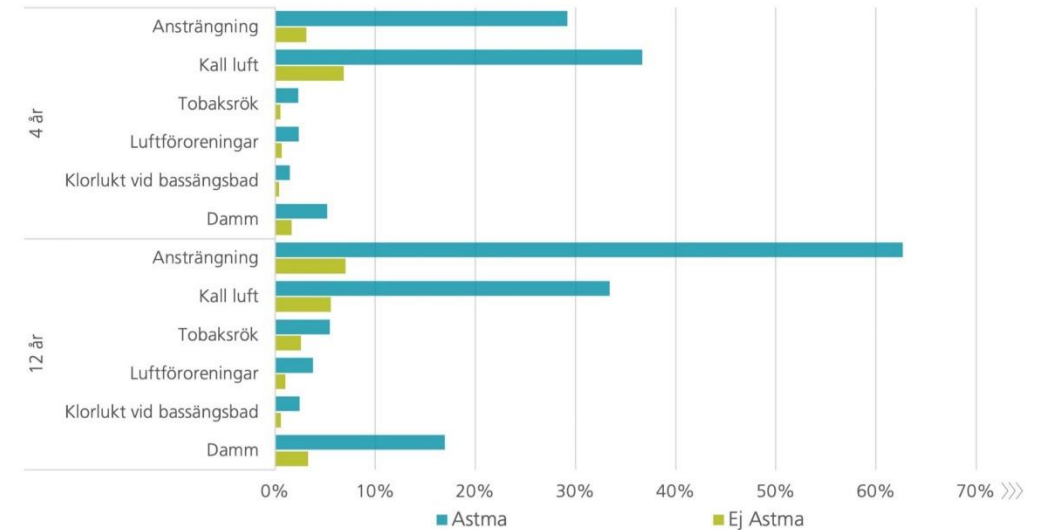
## Disposition

- Lite kort om astma, rhinit, eksem, kontaktallergi i relation till yrkesval
- Vikten av Medicinska kontroller och Medicinsk Studie- och yrkesvägledning
- Innehåll på webbplatsen [www.jobbafrisk.se](http://www.jobbafrisk.se)
- Fall (om vi hinner)
- Budskap till er alla som arbetar med unga med allergisjukdom, astma, eksem, kontaktallergi

# Astma

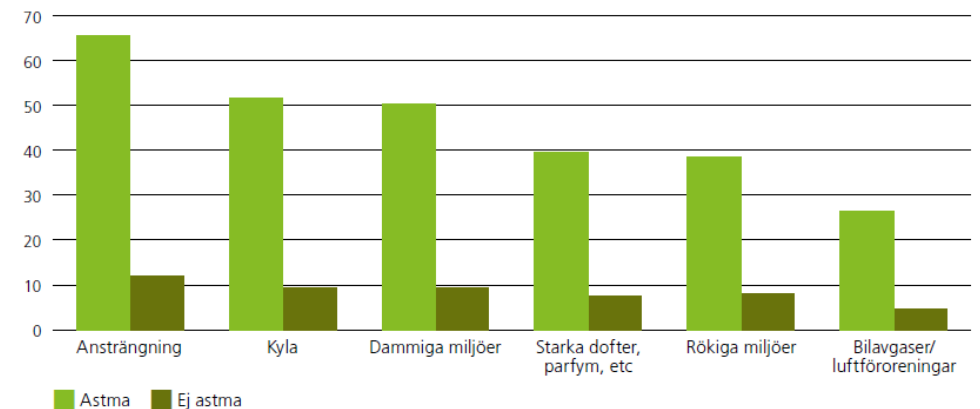
• Vid astma reagerar luftrören lättare än normalt på retningar:

- Kemikalier
- Härdplaster (Isocyanater)
- Tobak
- Partiklar (luftföroreningar, pollen)
- Damm
- Kyla
- Fysisk ansträngning
- Lösningsmedel
- Djur
- **I princip reagerar nästan alla som har astma mer eller mindre på olika typer av retning av luftvägarna!**



**Figur 12.2. Astma i relation till ansträngning och miljöexponeringar**

Andel (procent) av befolkningen i Stockholms län, med eller utan astma, som rapporterar att de under det senaste året har fått andningsbesvär eller svår hosta i samband med ansträngning eller miljöexponeringar.



# Yrkesrelaterad astma

- Yrkesrelaterad astma förekommer i 9-15 % hos de som har astma
- Astma kan försämrans i vissa arbetsmiljöer och exponeringar:
  - Brandman
  - Nagelteknolog,
  - Billackerare,
  - Snickare
  - Hårfrisör
  - Bagare
  - Jordbrukare
  - Djurskötare
  - Florist





## Yrkesrelaterad rhinit

- Yrkesrelaterad rhinit är en inflammation i näsans slemhinna
- Allergisk och icke allergisk rhinit
- Var 5:e tonåring har allergisk rhinit!
- Orsak: trädamm, kemiska ämnen, allergener  
(brandrök, lim, härdplaster)
  
- Vid rhinit kan man vara extra känslig i luftrören  
och vid allergisk rhinit är risken att man utvecklar astma

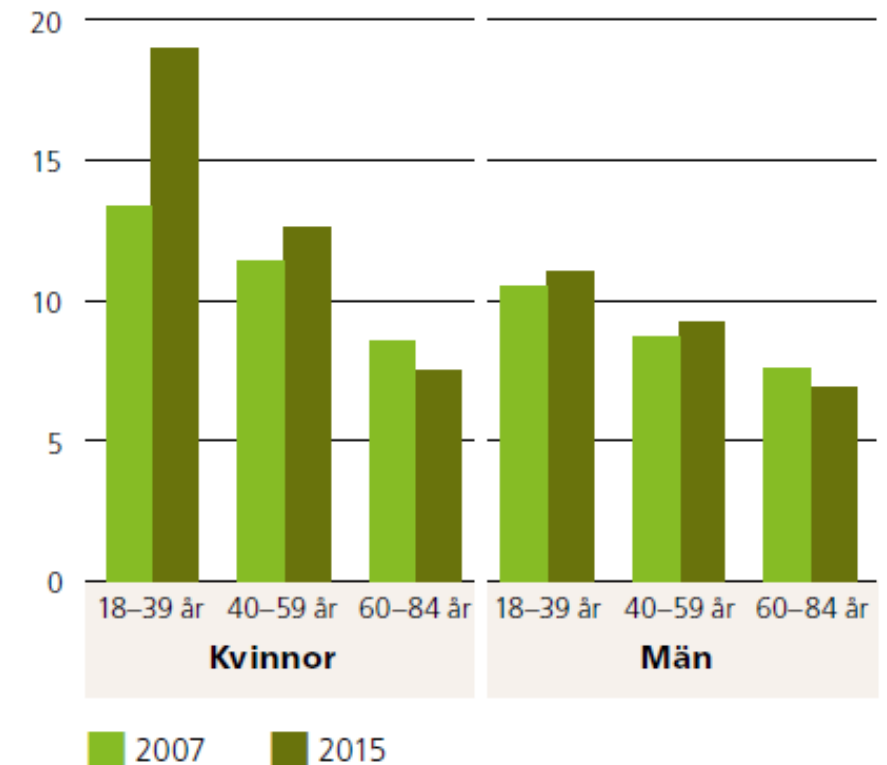
## Handeksem

- Förekommer i ca 10 % hos vuxna
- Vanligare hos kvinnor



**Figur 12.7. Förekomst av handeksem över tid**

Andel (procent) av befolkningen i Stockholms län som rapporterar handeksem, 2007 jämfört med 2015, uppdelat på kön och ålder.





# Handeksem

## ORSAK

- Haft eksem som barn
- Har kontaktallergier ( nickelallergi)
- Våtarbete
- Mycket kontakt med rengöringsmedel, lösningsmedel, nötning, glasull, kyla och skyddshandskar kan orsaka eksem



## RISKYRKEN

- bagare
- frisör
- barnskötare
- kock
- bilmekaniker
- sjuksköterska/undersköterska
- tandläkare/tandsköterska
- lokalvårdare







## Hur kan man skydda sig

- Om man har eksem bör man i så utsträckning som möjligt välja ett rent och torrt arbete, för att eksemet inte ska försämrans
- Skydda huden genom att
- Välj oparfymerade produkter
- Skydda huden med handskar
- Smörj med mjukgörande kräm för att undvika torr hud
- Undvik hudkontakt med starka kemikalier
- Sök snabbt hjälp om du får eksem, då ökar chansen att du kan fortsätta i ditt yrke trots eksemet, kontakta skolsköterskan eller vårdcentralen.

# Kontaktallergi

## ORSAK

- Finns ca 4000 ämnen
- Vanligast är : Nickel, krom, kobolt, härdplaster, gummikemikalier, konserveringsmedel, hårfärgningsmedel, parfym



## RISKYRKEN

- Sprutmålare och lackerare – epoxi.
- Tandtekniker – akrylater.
- Golv-läggare och plattläggare – epoxi och isocyanater.
- Kosmetologer, nagelteknologer, ögonfransförlängare med flera – akrylater, konserveringsämnen (isotiazolinoner) och parfymämnen.
- Frisörer – hårfärger, hårblekning och konserveringsämnen.
- Flygplansmekaniker och reparatörer – epoxi.
- Murare med flera – epoxi.
- Glasmästare – akrylater.
- Målare med flera – epoxi och konserveringsämnen.
- Platstillverkning – epoxi.



## Viktigt att tänka på

- Den som är mycket **starkt motiverad och väl informerad** om risker och vad man kan göra för att förebygga besvär, *kan i vissa fall* klara av också de riskabla utbildningarna och jobben.
- Påfrestningar kan ofta minska genom att **man är försiktig och använder teknik och skyddsutrustning.**
- **Samma yrke kan ha olika utformning**, och därför vara mer eller mindre riskabelt. En metallarbetare kan t.ex. ha ett arbete som är extremt påfrestande för huden, eller ha ett torrt och rent arbete som styrs via datorn.
- **Utvecklingen på arbetsmarknaden** gör att vissa arbeten som idag är riskabla kanske kan vara lämpliga i framtiden
- **Det finns arbeten som inte får utföras av personer med astma**, till exempel sådana där det förekommer isocyanater (härdplast)

## Medicinska kontroller

### Myndigheter med krav på hälsa och funktionsförmåga i arbetet

- **Arbetsmiljöverket** Medicinska kontroller i arbetslivet  
Asbest, stendamm, hårdplaster, vibrationer, höga höjder, brandman, dykning, nattarbete
- **Transportstyrelsen** Medicinska krav för vägtrafik, sjöfart, järnvägs- och flygtrafik
- **Plikt och Prövningsverket** Polis, kriminalvård, tull, försvarsmakten

### Övriga

- Strålskyddsmyndigheten
- Livsmedelsverket



## Medicinska kontroller – när, var, hur?

**Före påbörjat arbete**, eventuellt redan i skolan, t ex inför praktik  
**Periodiskt återkommande** under yrkeslivet

**Hälsokontroll under behörig läkares ledning**, bl a vissa skolläkare

- Anpassas efter yrke, t ex byggnadsarbetare, bussförare, polis

**Bedömning av lämplighet för arbetet** – ev tjänstgöringsintyg, förarintyg el motsv.



**Kan bli yrkeshinder**



## Varför krävs medicinska kontroller?

- **Skydda individen** från att drabbas av ohälsa/skada  
Genom att identifiera känsliga individer, upptäcka begynnande ohälsa, ge råd
- **Skydda omgivningen** från att skadas om individen fallerar  
Arbetskamrater, passagerare, medtrafikanter, hjälpbehövande m.fl.
- **Ofta både och**



## Forts Medicinska kontroller

**OBS att vissa yrken innebär så stor risk att man inte får arbeta i yrket om man har astma!**

(i enlighet med Arbetsmiljöverkets författningssamling ”Medicinska kontroller i arbetslivet” AFS 2019:3)

- Arbete med vissa härdplaster, t.ex. isocyanater, cyanoakrylater
- Arbete med exponering för asbestdamm och kvarts/stendamm (ev. ok vid väldigt lindrig astma som inte kräver medicinering)
- Professionell dykare
- Rökdykare

# Bakgrund till projektet/Nätverket/webbplatsen

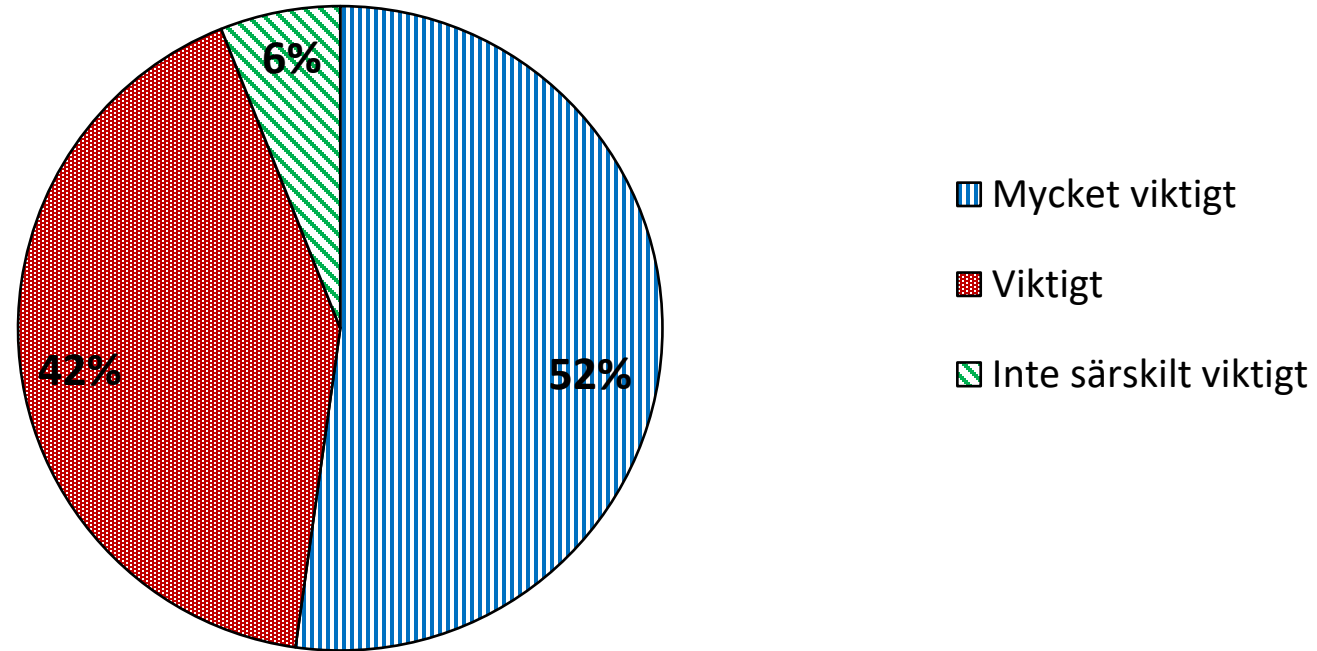
- Många unga söker för yrkesrelaterade skador – astma, eksem, vibrationsskador mm.
- Få gymnasieelever anger att de inför studie- och yrkesvalet fått information om hälsorisker i olika yrken (medicinsk studie- och yrkesvägledning).
- Brister i lämpligt info-material som inte har kommersiella intressen  
Brister i kunskaper om hälsorisker hos studie-och yrkesvägledare, elevhälsan, yrkeslärare och rektorer.
- 32 av 53 studieinriktningar på gymnasiet kan beröras av olika myndigheters medicinska krav på yrkesutövare
- Det behövs tydligare riktlinjer om hur medicinsk studie- och yrkesvägledning och arbetsmiljöundervisningen ska bedrivas och vem som har ansvaret







# Hur viktig är medicinsk studie- och yrkesvägledning ?





## Vad är Medicinsk studie- och yrkesvägledning

- Syftet är att minska risken för ohälsa under utbildning och i framtida yrke.
- Tar vid vägledning hänsyn till den enskildes medicinska förutsättningar i relation till olika yrkens krav och risker.
- Tar även hänsyn till olika **myndigheters** medicinska och andra krav på dem som utövar vissa arbeten = **Medicinska kontroller**.
- Utöver vägledning bör det ingå att göra individen uppmärksam på hälsorisker och tidiga tecken på ohälsa samt behovet att förebygga ohälsa genom att arbeta så riskfritt som möjligt.
- Bör ges av studie- och yrkesvägledare i samarbete med elevhälsan.



## Hänsyn till medicinska förhållanden och känslighet

- Många yrken innebär en ökad risk för medicinska besvär och vissa individer är mer känsliga att utveckla reaktioner mot vissa exponeringar
- Cirka var tredje elev har någon allergirelaterad sjukdom, såsom eksem, allergisnuva, astma eller annan överkänslighet
- Diabetes, neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, neurologiska sjukdomar är andra exempel på när man bör vara uppmärksam på hälsorisker



# Nätverket HINTA

## Hälsosamt INTräde i Arbetslivet

- Start 2017
- **Samarbete mellan Sveriges Arbets- och miljömedicinska kliniker:**  
Umeå, Uppsala, Örebro, Linköping, Göteborg, Lund, Stockholm
- **Bred kompetens:** sjuksköterska, yrkeshygieniker, läkare, psykolog, fysioterapeut, kurator, ergonom, kommunikatör, IT-samordnare
- Flera med forskningserfarenhet
- Referensgrupp



## HINTAS mål

Att genom sin verksamhet bidra till att:

- Minska risken för arbetsrelaterade skador/sjukdomar tidigt i yrkeslivet, under utbildning, vid omskolning eller för nyanlända
- Undvika att studerande (elever), nyanlända eller personer som behöver omskolas väljer en utbildning = yrke som är olämpligt av medicinska skäl eller stoppas av myndigheters medicinska krav

## Ny plattform, ny struktur och ny design

Jobbafrisk.se vänder sig till dig som ska välja utbildning eller yrke.

Här kan du läsa om hur du får ett hållbart arbetsliv.

Du hittar också information om olika yrken och om olika sjukdomstillstånd, hälsorisker, hur man kan skyddas som kan vara viktigt att känna till innan du väljer.

Arbetar du som studie- och yrkesvägledare, inom skolan Arbetsförmedlingen eller Elevhälsan, eller är vårdnadshavare, kan du också ha nytta av den information som finns.

## Ny Publicerad oktober 2021

**JOBBAFRISK**

🔊 Lyssna 🌐 Language 📄 Lättläst

Start Hälsoguide Jobbguide Utbildning Arbetsmiljörisker Frågor och svar Mer information Om oss



**Samarbete mellan alla Arbets-  
och miljömedicinska kliniker i Sverige:  
Umeå, Uppsala, Örebro, Stockholm  
Linköping, Lund, Göteborg**

[www.jobbafrisk.se](http://www.jobbafrisk.se)



## Syfte

- Att minska risken för uppkomst av ohälsa eller myndighetshinder vid olika yrkesarbeten och därmed minska problem för individ, organisation och samhälle.
- Undvika att unga personer, personer som står inför omskolning eller är nyanlända väljer en utbildning (yrke) som är olämpligt av medicinska skäl eller stoppas av myndigheters medicinska krav



# Breddad målgrupp

- Personer som står inför yrkesval, har sjukdom eller viss känslighet, är nyanlända till svenskt arbetsliv eller som är i behov av omskolning.
- Vårdnadshavare
- Professioner som är verksamma som vägledare i skola och arbetsliv, i hälso-och sjukvården, rehab, omskolning eller Arbetsförmedlingen.





# Kontakter, samverkan och spridning till myndigheter

- Skolverket
- Arbetsförmedlingen
- MyNak

# JOBBAFRISK

## Hälsoguide

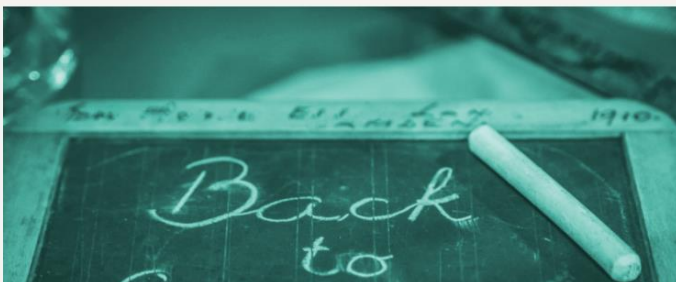
Här hittar du information om olika hälsotillstånd, som kan vara viktigt att känna till innan du väljer utbildning eller yrke.



Här kan du också läsa hur du kan göra för att skydda dig för att få ett hållbart arbetsliv.

## Gymnasieprogram

Här kan du läsa om yrken, möjliga risker och hälsobesvär i olika gymnasieprogram. I Sverige finns det 12 yrkesprogram, 6 högskoleförberedande program, 6 riksrekryterande program och 4 introduktionsprogram.



## Jobbguide



Här hittar du information om möjligheter och risker i olika yrken. Vill du söka på yrken finns det en sida med sökfunktion här.

Om Du tycker att det saknas något information om något yrke när det gäller hur du ska få ett hållbart arbetsliv så [hör gärna av dig](#).

## Risker på mitt jobb

Här kan du läsa om risker i olika yrken.



## Mer information

Här finns bland annat information om lagar och regler och krav från olika myndigheter när det gäller sjukdomstillstånd och risker i arbetslivet. Informationen vänder sig främst till olika professioner: vägledare, yrkeslärare, elevhälsan, arbetsförmedlare med flera. Här kommer det också att finnas olika resurser och länksamlingar för professionen att använda sig av.



Om oss >

Frågor och svar

## Frågor och Svar

Ställ en fråga

# Hälsoguide



Här hittar du information om olika hälsotillstånd, som kan vara viktigt att känna till innan du väljer utbildning eller yrke.



Här kan du också läsa hur du kan göra för att skydda dig för att få ett hållbart arbetsliv,

- Astma
- Eksem
- Rinit
- Diabetes
- Epilepsi
- Besvär i rörelseapparaten
- Psykisk ohälsa
- Synnedsettningar
- Hörselskador
- Dyslexi
- Kontaktallergi

# Jobbguide

## Jobbguide



Här hittar du information om möjligheter och risker i olika yrken. Vill du söka på yrken finns det en sida med sökfunktion här.

Om Du tycker att det saknas något information om något yrke när det gäller hur du ska få ett hållbart arbetsliv så [hör gärna av dig](#).

## Bagare

Bagaren kan både arbeta inom en större industri eller på ett mindre bageri. Hen arbetar ofta på natten eller från tidig morgon. I arbetet hanteras mjöl som dammar vilket kan orsaka och förvärra astma. Handtvätt, mjöl och kryddor irriterar huden och kan ge allergi och eksem.



### Vilka är riskerna?

- **Damm** - Bagaren kan bli överkänslig mot damm från vetemjöl och rågmjöl och kan då få nästäppa, irriterade ögon, hosta och astma. Man kan även utveckla allergi.
- **Vätarbete** - Att tvätta händerna är påfrestande för huden. När händerna ofta är fuktiga ökar risken för **handeksem**. Man kan få kontaktallergi och även handeksem av vanliga kryddor som kanel och vanilj. Om eksemet blir infekterat, blir man avstängd från arbetet för att inte riskera att bakterier från infektionen sprids vidare.
- **Arbetstider** - Arbeta på obekväma arbetstider kan rubba dygnsrytmen och eventuellt sömnen. Det kan också vara svårt att hålla jämna mattider, något som är viktigt för till exempel diabetiker.

### Förebygg och undvik

Om du har **eksem** och **astma**, eller har haft det när du var liten (atopiskt eksem, böjveckseksem) bör du tänka på det innan du bestämmer dig för att bli bagare. Arbetsuppgifterna gör att eksemet och astman kan komma tillbaka eller förvärras. Om du till exempel blir allergisk mot mjöl eller får handeksem är det svårt att fortsätta jobba som bagare. Du kan då bli tvungen att byta yrke. Diskutera med din läkare vad som gäller för dig

- **Damm** - Se till att det finns bra ventilation när man hanterar mjöl som dammar, till exempel när man blandar deg. Om inte det går, använd andningsskydd mot damm.
- **Fysisk belastning** - För att minimera risken att utveckla skador i kroppen ska man som arbetstagare få information om hur man belastar kroppen skonsamt, hur arbetshjälpmiddel används och möjlighet till att ta mikropaus i arbetet. Det är även viktigt att ha bra arbetsskor vid ett stående och gående arbete som bageriyrket. För mer information om kroppen, läs under **rörelseapparaten**.
- **Vätarbete** - Smörj händerna med en mjukgörande oparfimerad kräm efter jobbet och på raster. Handskar skyddar, men det kan vara svårt att använda dem i jobbet som bagare.
- **Arbetstider** - Om du arbetar på natten måste arbetsgivaren ordna med en så kallad **medicinsk kontroll** för att förhindra att du blir sjuk. Det innebär att du kan få träffa en läkare som undersöker dig.

# Gymnasieprogram

## Gymnasieprogram

Här kan du läsa om yrken, möjliga risker och hälsobesvär i olika gymnasieprogram. I Sverige finns det 12 yrkesprogram, 6 högskoleförberedande program, 6 riksrekryterande program och 4 introduktionsprogram.



### [Länkar från Skolverket](https://utbildningsguiden.skolverket.se/gymnasieskolan/gymnasievalet/att-valja-skola-och-program#h-Pluggaochjobbamedhalsanibehall)

<https://utbildningsguiden.skolverket.se/gymnasieskolan/gymnasievalet/att-valja-skola-och-program#h-Pluggaochjobbamedhalsanibehall>

<https://utbildningsguiden.skolverket.se/gymnasieskolan/om-gymnasieskolan/gymnasieskolans-program/barn--och-fritidsprogrammet>

# Arbetsmiljörisker

Buller

Hand och armvibrationer

Handintensivt arbete

Hot och våld

Kemiska exponeringar

Kränkande särbehandling

Obekväma arbetstider

## Risker på mitt jobb

Här kan du läsa om risker i olika yrken.



# Mer information

- Lagar och regler
- Faktablad och dokument
- Länksamling
- Informationsfilmerna
- Flyers
- Nyheter
- Kalendarium



## Mer information


Här finns bland annat information om lagar och regler och krav från olika myndigheter när det gäller sjukdomstillstånd och risker i arbetslivet. Informationen vänder sig främst till olika professioner: vägledare, yrkeslärare, elevhälsan, arbetsförmedlare med flera. Här kommer det också att finnas olika resurser och länksamlingar för professionen att använda sig av.



## Filmer


Jobba frisk

*inom hantverk  
och restaurang*

 Region Örebro län  
Arbets- och miljömedicin


Jobba frisk

*inom vård  
och barnomsorg*

 Region Örebro län  
Arbets- och miljömedicin

Jobba frisk

*inom bygg, fordon  
och industri*

 Region Örebro län  
Arbets- och miljömedicin

Astma, allergi och eksem



HINTA=Hälsosamt INTRäde i Arbetslivet



Hugo har alltid gillat att bygga och snickra!

Han har haft barnastma och kan få astmatiska besvär i samband med förkylningar och när det dammar.

Nu vill han börja på bygg- och anläggningsprogrammet med inriktning på husbyggnad.



Vad behöver "skolan" tänka på inför hans arbetsplatsförlagda lärande?

- Riskbedömning!
- Kommer han att komma i kontakt med något som kan innebära krav på medicinska kontroller?
  - kvarts (finns i sten- och betongdamm)



**Periodiskt återkommande krav på tjänstbarhetsintyg**



**Yrken med exponering för fibroframkallande damm** (kvarts, asbest och eldfasta keramiska fibrer)  
Byggnadsarbetare, renoverare/rivare  
Stenhuggare, betongarbetare  
Gjutare, blästrare

Lisa har ofta eksem på händerna.

Lisa vill gå hantverksprogrammet och har sett att man kan bli ”hår och makeupstylist”. På sikt vill hon jobba som nagelteknolog och ögonfransstylist i egen salong.



- Om man arbetar som nagelteknolog och ögonfransstylist exponeras man för hårdplaster. Krav på läkarkontroll!
- Vissa hårdplaster (som används vid ögon-fransförlängning) kräver tjänstbarhetsintyg (även om man är egen företagare!)
- Ökad risk både för kontaktallergi och astma



# Vikten av Medicinsk studie-och yrkesvägledning

Budskap:

- Skolan har ett ansvar men....
- Unga behöver information från flera håll om sin hälsa, risker i relation till yrkesval
- **Fråga ungdomarna vad studieval och yrkesval!**
- Vissa yrken får man inte arbeta med om man har astma
- Viktigt att tänka igenom vilken typ av arbeten den utbildning man valt leder till, för att minska risken att man tvingas byta yrke!
- Använd gärna och tipsa om [www.jobbafrisk.se](http://www.jobbafrisk.se)

Önskat yrke



Elevens Hälsa



Lagstiftning





# TACK för uppmärksamheten

[www.jobbafrisk.se](http://www.jobbafrisk.se)

[marina.jonsson@regionstockholm.se](mailto:marina.jonsson@regionstockholm.se)