Vegleiðing frá Arbeiðs- og brunaeftirlitinum

Arbeiðsumhvørvi

Tá ið álvarslig sjúka rakar ein starvsfelaga

Apríl 2021

Hvat er ein vegleiðing frá Arbeiðs- og brunaeftirlitinum?

Endamálið við vegleiðingum frá Arbeiðs- og brunaeftirlitinum er at vegleiða í, hvussu ásetingar í lóggávum skulu skiljast/tulkast. Vegleiðingar verða nýttar til:

- at greina og lýsa orð og setningar í reglunum
- at greiða frá, hvussu krøvini í reglunum kunnu verða fylgd
- at greiða frá okkara vitan um, hvussu reglur kunnu verða tulkaðar
- at greiða frá, hvussu viðkomandi lóggáva er samansett, og hvørji øki hon fevnir um

Er ein vegleiðing frá Arbeiðs- og brunaeftirlitinum bindandi?

Vegleiðingar frá Arbeiðs- og brunaeftirlitinum eru ikki beinleiðis bindandi fyri virki, aðrar myndugleikar, trygdarskipanir ella onnur, men vegleiðingarnar tulka reglur (lógir og kunngerðir), sum eru bindandi.

Um eitt virki hevur gjørt sum tilskilað er í eini vegleiðing, so setir Arbeiðs- og brunaeftirlitið ikki onnur krøv.

Virkini kunnu loysa uppgávurnar á annan hátt, men Arbeiðs- og brunaeftirlitið ger tá eina meting av, um hesin hátturin er eins tryggur og hin, og um hann er í samsvari við reglurnar.

Meiri kunning

Meiri kunning og vegleiðing er á heimasíðuni hjá Arbeiðs- og brunaeftirlitinum *www.arb.fo*.

Arbeiðs- og brunaeftirlitið

Eirargarður 2, 2. hædd

FO-100 Tórshavn

+298 66 44 00

arb@arb.fo

Tá ið álvarsliga sjúka rakar ein starvsfelaga

Tá ið eitt persónur verður raktur av álvarsligari sjúku, ávirkar hetta ikki bert tann sjúka, men eisini tey, ið eru um tann sjúka í gerandisdegnum, t.d. á arbeiðsplássinum. Tann, ið er vorðin sjúkur, starvsfelagar og leiðsla standa brádliga í eini sera tungari støðu og vita ikki, hvat ið nú fer at henda ella hvussu tey skulu bera seg at. Hóast ynskið um at stuðla, hjálpa og gera tað rætta fyri tann sjúka, kann tað vera trupult at vita, hvat ið er tað rætta at siga og gera. Tað er vanligt, at starvsfelagar og leiðsla hava spurningar og ivamál so sum:

- Hvussu skulu vit bera okkum at mótvegis tí sjúka?
- Hvat kunnu vit siga?
- Hvat kunnu vit spyrja um?
- Hvussu nógv kunnu vit vænta av starvsfelaganum?
- Hvørji fyrilit skulu vit vísa?

Leiðreglur fyri handfaring av álvarsligari sjúku

Arbeiðspláss kunnu gera leiðreglur fyri handfaring av álvarsligari sjúku hjá starvsfólki. Hesar leiðreglur kunnu gera arbeiðsplássið betri ført fyri at handfara tær avbjóðingar, ið álvarsliga sjúka hjá einum starvsfólki kann hava við sær. Leiðreglurnar kunnu innibera ítøkilig ráð um, hvussu arbeiðsgevari og starvsfelagar kunnu bera seg at, tá ið ein starvsfelagi er vorðin álvarsliga sjúkur, eins og tær kunnu tryggja, at týðandi viðurskifti verða umrødd.

Uppskot til innihald í leiðreglum fyri handfaring av álvarsligari sjúku

Arbeiðsgevarin kann saman við trygdarumboði og álitisfólki gera nakrar leiðreglur, ið kunnu innibera fylgjandi punkt:

- Skal arbeiðsplássið vísa eina ávísa reaktión, tá ið eitt starvsfólk hevur fingið staðfest eina álvarsliga sjúku? Um ja, hvør skal reaktiónin vera? Dømi kunnu vera eitt blómutyssi, eitt kort, ein uppringing ella annað.
- Skal arbeiðsplássið framhaldandi hava samband við tann sjúka undir sjúkrafráveruni? Um ja, hvør skal vera ábyrgdarfólkið, sum syrgir fyri at halda sambandið, hvussu ofta og á hvønn hátt skal sambandið vera?
- Skal tann sjúki fáa boð um at koma til eina umsorganarsamrøðu?

- Skal arbeiðsplássið bjóða tí sjúka ávísar arbeiðsuppgávur, ið hóska til støðuna hjá tí sjúka?
- Skal arbeiðsplássið kalla inn til eina umsorganarsamrøðu í sambandi við uppafturtøku av arbeiði
- Hvørjar reglur hevur arbeiðsplássið viðvíkjandi longd av sjúkrafráveru?
- Ynskir arbeiðsplássið at stuðla tí sjúka á ávísan hátt?

Fyrsta tíðin eftir sjúkuboðini

Hóast tað kann taka eitt sindur av tíð, áðrenn tann sjúki byrjar í viðgerð, eru fleiri, ið verða sjúkraskrivað beint eftir, at tey hava fingið sjúkuboðini. Hetta tí, at sjúkuboðini kunnu taka ein av fótum, og tí at tað kann taka rúma tíð at fóta sær aftur í nýggja veruleikanum.

Í hesum tíðarskeiðinum kann tað tykjast ov møtimikið ella óviðkomandi at fara til arbeiðis. Sjúkan kann fylla so nógv, at tað er trupult at hugsavna seg um arbeiðsuppgávurnar. Tann sjúki kann eisini vera so merktur av sjúku, at tað ikki ber til at arbeiða. Um viðgerðin skal byrja stutt eftir, kann tað eisini vera, at nógv viðurskifti eru, ið støða skal takast til, áðrenn viðgerðin byrjar.

Hinvegin, so eru onnur, ið ynskja at halda fram í arbeiðinum eftir at hava fingið sjúkuboð. Hetta kann t.d. vera tí, at tí at tann sjúki til arbeiðis fær avleitt tankarnar og hugsar um annað enn sjúkuna.

Uppaftur onnur eru, ið ikki kenna seg sjúk ella ikki merkja nakað til sjúkuna og sum tí ynskja at halda áfram við at arbeiða, heldur enn at vera heima. Um tey eru heima, so kenna tey seg sjúk.

Sjúkan kann ávirka arbeiðið fyrstu tíðina

Ymiskt er, hvussu sjúkuboðini ávirka tann sjúka, og hvussu tann sjúki reagerar. Sjúk kunnu gerast meiri fjarhugað, møðast skjótari, minnast verri, hava verri við at hugsavna seg, eins og kenslulig útbrot kunnu koma fyri.

Starvsfelagarnir hjá tí sjúka

Starvsfelagar hjá einum álvarsliga sjúkum kunnu vera merktir av skelki, óvissu, stúranum, ótta og øktum arbeiðstrýsti. Hetta ger, at eisini starvsfelagarnir kunnu hava tørv á at tosa um egnar reaktiónir, kenslur og tankar. Ymiskt er tó, hvussu starvsfelagarnir reagera, og øll verða ikki eins ávirkað av støðuni.

Reaktiónirnar kunnu broytast undir sjúkugongdini. Skelkurin um sjúkuboðini viknar ofta við tíðini, ímeðan likamligar ella sálarliga broytingar hjá tí sjúka kunnu halda áfram við at ávirka starvsfelagarnar, t.d. um tann sjúki lætnar nógv, missur hárið ella gerst hugtungur. Ofta gerast reaktiónirnar mildari við tíðini, av tí at starvsfelagar venja seg við støðuna og læra at handfara hana.

Tær vanligastu reaktiónirnar hjá starvsfelagum eru:

- Skelkur
- Samkensla við tí sjúka
- At vera stúrin um tann sjúka
- At bera ótta fyri sjálvur at gerast sjúkur
- At royna at skapa frástøðu til tann sjúka og sjúkuna
- At avnokta, hvussu álvarsom sjúkan er
- At gera støðuna hjá sjúka starvsfelaganum til tabu, t.v.s. nakað, ið ein ikki tosar um
- At kenna ótryggleika um, hvat ein sigur við tann sjúka, og hvussu ein ber seg at ímóti honum
- At gerast ørkymlað/ur av øktum arbeiðstrýsti, orsakað av fráveru hjá tí sjúka og at fáa ringa samvitsku av tí.

At tora at spyrja inn til

Ivamálini um, hvat er best at gera og siga kunnu hava við sær, at starvsfelagar og leiðsla halda frástøðu frá tí sjúka, sum tískil kann kenna seg útihýstan ella einsamallan. Fyri at sleppa undan hesum er skilagott at spyrja tann sjúka, um hann ynskir at starvsfelagarnir spyrja um sjúkuna, og hvussu gongur hjá honum.

Summir starvsfelagar kunnu hava trupult við at tosa um støðuna. Hetta eiga øll at virða. Í summum førum kann tað hjálpa at siga: “Eg havi ringt við at tosa um tað, men tú skalt vita, at eg hugsi um teg” ella “Um tú hevur tørv á at tosa, so bjóði eg fegin ein kaffimunn” ella “Sig til, um eg kann hjálpa við onkrum.”