

Välj rätt yrke

– undvik astma och eksem



När man ska välja yrke och gymnasieprogram behöver man ta hänsyn till sina intressen och talanger, men också till andra förutsättningar. Den som har eller har haft astma eller eksem som barn kan få problem i vissa yrken. Sjukskrivning, byte av arbetsuppgifter eller omskolning kan bli följden om man har valt fel arbete.

För den som har astma eller eksem är det därför viktigt att diskutera med studie- och yrkesvägledare eller skolläkare innan man väljer yrke. I detta faktablad beskrivs kortfattat vad astma och eksem är, vilka risker som finns och vad man bör tänka på när man väljer yrkesinriktning.

Astma

Astma förekommer hos cirka tio procent av befolkningen. Astma är en inflammation i luftrören som kan orsakas av allergi mot olika ämnen, så kallad allergisk astma. Inflammationen kan också bero på en infektion i luftvägarna eller att man har utsatts för irriterande ämnen, så kallad icke-allergisk astma.

Vid astma reagerar luftrören lättare än normalt på retningar. Symtomen är andnöd och hosta som ofta kommer som anfall. Kemikalier, partiklar (till exempel damm och pollen), kyla och fysisk ansträngning kan utlösa anfällen. Om man ofta vistas i en miljö där det finns ämnen man är allergisk mot, eller där det finns mycket lösningsmedel, kemikalier, hårdplaster, partiklar eller andra irriterande ämnen i luften, finns det risk att inflammationen i luftrören blir bestående. Den som har eller har haft astma riskerar alltså att utveckla eller försämra sin astma i vissa arbetsmiljöer.

Snuva

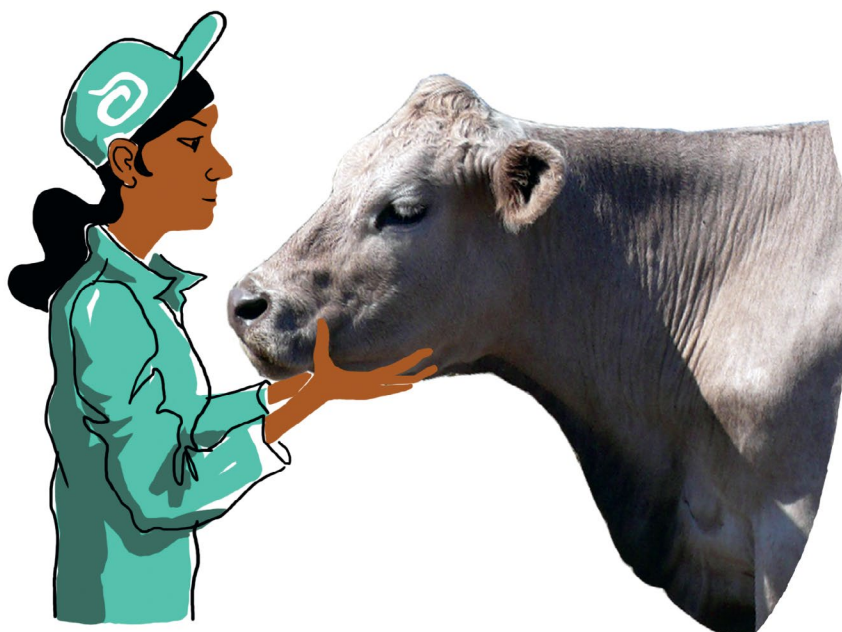
Yrkesrelaterad snuva (rinit) är en inflammation i näsans slemhinna. Symtomen är snuva, nästäppa och nysningar. Icke-allergisk snuva är vanligast. Den orsakas av irriterande ämnen, till exempel trädamm och kemiska ämnen. Vid snuva kan man också vara extra känslig i luftrören, med risk att man också utvecklar astma.

Handeksem

Handeksem förekommer hos cirka tio procent av den vuxna befolkningen. Det är vanligare bland kvinnor än bland män på grund av att kvinnor oftare utsätter huden för påfrestningar både i arbetslivet och i hemmet.

De vanligaste orsakerna till handeksem är att man har haft eksem som barn (böjveckseksem eller atopiskt eksem), att man har kontaktallergier (framför allt nickelallergi) eller att man utför våtarbete (arbete där händerna ofta kommer i kontakt med vatten och rengöringsmedel).

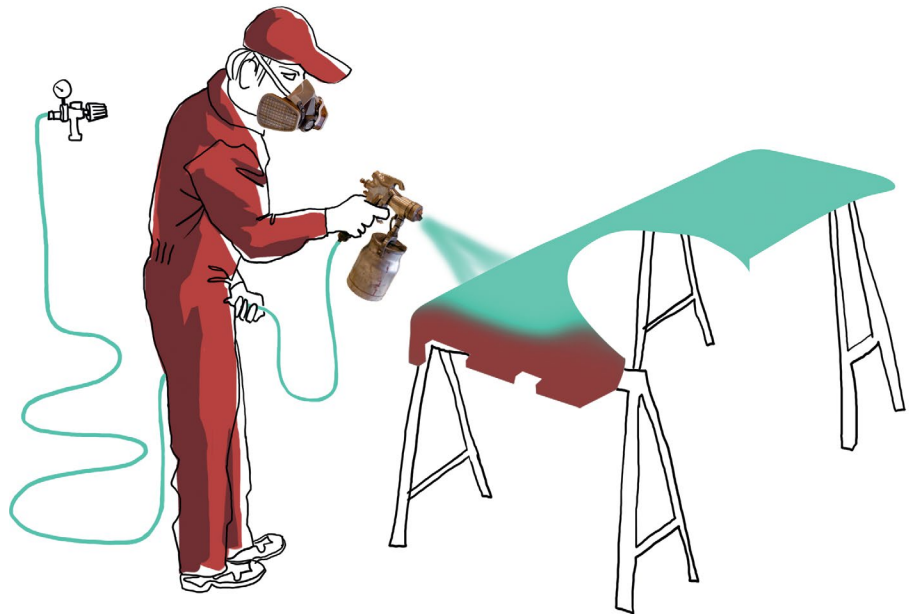
Vid handeksem är huden torr, röd, ofta med blåsor, fjällning och sprickor. Handeksem är ofta kliande och smärtsamt och kan lätt bli infekterat. Besvären kan sitta på fingrarna, handflatorna och ovasidan av händerna. De kan komma periodvis men blir ibland kroniska.



Ett torrt och rent arbete, som inte nöter på huden, är mest skonsamt för händerna. Mycket kontakt med tvål och vatten, rengöringsmedel, oljor, lösningsmedel och livsmedel kan orsaka och försämra eksem. Nötning på huden, glasull, kyla och skyddshandskar, kan också orsaka eksem.

Det kan vara svårt eller omöjligt att utföra vissa arbetsuppgifter för den som har handeksem. Har man infekterade handeksem får man till exempel inte arbeta med livsmedel.

Många som har haft astma eller eksem i barn-
domen är besvärsfria under tonåren. En vanlig missuppfattning är därför att besvären "växer bort". Tyvärr kommer de ofta tillbaka i någon form i vuxen ålder.



Bedöm riskerna

Det bästa är att i förväg försöka sätta sig in i vad olika utbildningar leder till för typ av arbeten, så att man kan undvika ett val man senare får ångra. Att provjobba eller göra studiebesök på olika arbetsplatser kan ge kunskap om både risker och möjligheter för elever i riskzonen.

För att bedöma om ett arbete är riskabelt kan det vara bra att ta med en checklista. Om någon av följande punkter förekommer innebär det att arbetet är riskabelt för den som har haft astma eller eksem som barn.

Se upp om det förekommer ...

- djur
- damm (partiklar i luften)
- starka dofter
- ångor från lösningsmedel, kemikalier, hårdplaster
- flitig handtvätt
- kontakt med livsmedel
- starka kemikalier, olja, smuts
- arbete med gummi- eller plasthandskar stor del av dagen

Viktigt att tänka på

- Den som är mycket starkt motiverad och väl informerad om risker och förebyggande åtgärder kan i vissa fall klara av också de riskabla utbildningarna och jobben.
- Påfrestningarna kan ofta minskas genom att man är försiktig och använder teknik, skyddsutrustning och förebyggande program på rätt sätt.
- Samma yrke kan ha olika utformning. En metallarbetare kan ha antingen ett arbete som är extremt påfrestande för huden, eller ha ett torrt och rent arbete som styrs via dator.
- 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 (en typ av hårdplast).

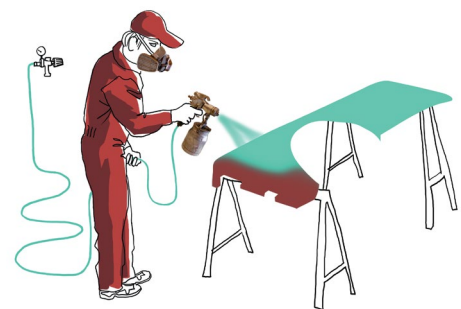
Exempel på yrken som kan vara riskabla

Yrke

bagare
barnskötare
bilmekaniker
brandman
byggnadsarbetare
djurskötare
elektriker
florist
frisör
färgtillverkare
kock
kallskänka
köksbiträde
lantbrukare
lackerare
maskinmontör
metallarbetare
målare
nagelteknolog
ortopedtekniker
papperstillverkare
plasttillverkare
servitris, servitör
snickare
svetsare
städare
tandtekniker
tandsköterska,
tandläkare
textillärare
tryckare
undersköterska
verkstadsmekaniker
veterinär

Vanliga riskfaktorer

våtarbete, mjöldamm
våtarbete
olja, lösningsmedel, hudnötning, smuts
irriterande gaser
glasull, trä-, gips- och cementdamm, hudnötning
djur, foder, damm
gips- och cementdamm, hudnötning
våtarbete, växter
våtarbete, frisörprodukter
färgkemikalier, härdplaster
våtarbete, livsmedel
våtarbete, livsmedel
våtarbete, livsmedel
djur, foder, växter, damm
lösningsmedel, isocyanater, pigment
olja, lösningsmedel, hudnötning
olja, lösningsmedel, skärvätskor, damm, hudnötning
våtarbete, lösningsmedel, konserveringsmedel
lösningsmedel, härdplaster
våtarbete, gipsdamm, härdplaster
damm, kemikalier
plastkemikalier
våtarbete
träddamm, lösningsmedel, hudnötning
irriterande gaser, svetsrök, metaller, damm
våtarbete, kemikalier
våtarbete, härdplaster, gipsdamm, metalldamm
våtarbete, härdplaster, allergiframkallande och irriterande ämnen
damm, kemikalier i tyg
färg, lösningsmedel, pappersdamm
våtarbete
olja, lösningsmedel, skärvätskor, hudnötning
djur



Exempel på yrken som ofta är lämpliga

administratör	lärare	präst
annonsförsäljare	informatör	psykolog
arbetsterapeut	ingenjör	trafikassistent
arkitekt	inköpare	receptionist
bibliotekarie	journalist	resebyråtjänsteman
bilskolelärare	jurist	revisor
budbilsförare	konferensvärdinna	sekreterare
chaufför	kurator	sjuksköterska (mottagning)
copywriter	landskapsarkitekt	statistiker
datatekniker	ljud/ljustekniker	studie- och yrkesvägledare
driftstekniker	logoped	styr- och reglertekniker
ekonom	marknadsförare	säljare
fastighetsmäklare	meteorolog	telefonist
flygledare	miljöinspektör	trafikledare
friskvårdskonsulent	musiklärare	webbansvarig
fritidsledare	optiker	videoredigerare
försäkringstjänsteman	polis	väktare
grafisk formgivare	programmerare	översättare



Hjälp att gå vidare

Den elev som vill veta mer kan:

- Vända sig till sin skolsköterska eller -läkare, barn- och ungdomsläkare, hudläkare eller husläkare.
- Eventuellt begära remiss till yrkesdermatolog (hudläkare), yrkesmedicinare eller barn- och ungdomsallergolog för utredning och rådgivning.
- Diskutera med studie- och yrkesvägledaren.
- Läs om yrkesval, astma och eksem på Centrum för arbets- och miljömedicins webbplats www.jobbafrisk.se.
- Läs om yrken på Arbetsförmedlingens webbplats www.arbetsformedlingen.se.

Mer information

På www.jobbafrisk.se finns information om yrkesval, astma och eksem. Där kan man även ställa frågor till experter, göra yrkestest, beställa material och se filmer om astma och eksem i arbetslivet.

Faktablad om arbete, miljö och hälsa finns på <http://camm.sll.se/Publikationer>
Skriften *Medicinska kontroller i arbetslivet*, AFS 2005:6, finns på www.av.se.