



CHOROBY ZAWODOWE NAUCZYCIELI

Nauczyciele każdego dnia silnie eksploatują narząd głosu. Średnio pracują nim 6–7 godzin dziennie, ale liczba ta zmienia się w zależności od aktualnego planu zajęć lekcyjnych oraz pozalekcyjnych. Niekiedy sięga nawet 10–11 godzin!

Statystyki

Co roku liczba osób niezdolnych do pracy z powodu zawodowej choroby narządu głosu zwiększa się. Szacuje się, że **rocznie przybywa około 3,5 tysiąca osób z takim orzeczeniem**. Najliczniejszą grupę wśród osób z zawodowymi chorobami narządu głosowego stanowią nauczyciele – aż 90 proc. Zaburzenia głosu wśród nauczycieli stanowią poważny problem. Badania wykazały, że aż **80 proc. nauczycieli w Polsce odczuwa trudności związane z narządem głosu**, a u 31 proc. potwierdzono dolegliwości badaniem foniatrycznym. Na problemy z głosem skarżą się także młodzi absolwenci, a nawet studenci kierunków pedagogicznych. Niestety aż 69,2 proc. nauczycieli, mimo występujących dolegliwości, nigdy nie zdecydowało się na konsultację z lekarzem.

Źródło: <http://www.wbc.poznan.pl/Content/261889/index.pdf>,
<http://bazhum.muzhp.pl>

Raport specjalny „Sygnału”

Co powinno niepokoić?

- nadmierna suchość gardła,
- ból w okolicach krtani bądź gardła,
- zmęczenie głosowe,
- zmiana barwy głosu,
- chwilowy, ale powtarzający się bezgłos,
- długotrwały kaszel,
- uczucie drapania w gardle,
- przeciągająca się lub okresowo występująca chrypka,
- częste odchrząkiwanie.

Źródło: <https://www.pip.gov.pl/pl/f/w/97499/13%20ul%20choroby%20narz%20glosu.pdf>

PRZYCZYNY CHORÓB NARZĄDU GŁOSU

Czynniki zewnętrzne	Czynniki wewnętrzne
<ul style="list-style-type: none"> • przedłużony czas pracy głosem • praca w hałasie i stresie • złe warunki akustyczne w miejscu pracy • nieprawidłowe warunki klimatyczne sal • częste infekcje dróg oddechowych wśród dzieci i młodzieży, którymi nauczyciel może się zarazić 	<ul style="list-style-type: none"> • ogólny stan zdrowia • przewlekłe choroby laryngologiczne • wrodzone nieprawidłowości w budowie krtani, gardła i podniebienia • nieprawidłowa emisja głosu • brak przestrzegania higieny narządu głosu (np. palenie papierosów, częste picie kawy i czarnej herbaty)

Źródło: M. Rzepa, *Choroby zawodowe narządu głosu wśród nauczycieli*, „Nauczyciel i Szkoła” 2010, 3 (48), s. 141–153.

Czy choruje tylko głos?

Nauczyciele pracują w dużym stresie, są celem agresji werbalnej ze strony uczniów, często mają problem z utrzymaniem dyscypliny w klasie, ich zawód poddawany jest zmianom, są nieustannie oceniani przez podopiecznych, ich rodziców oraz dyrekcję szkoły. Ponadto odgrywają ważną rolę w społeczeństwie, przez co mogą odczuwać presję. Z takim obciążeniem wiążą się konsekwencje, takie jak wypalenie zawodowe i emocjonalne, odczuwanie ciągłego stresu, nerwice, a także skłonność do negatywnych zachowań zdrowotnych (np. palenia papierosów).

Źródło: <http://sosw1.eu/docs/badania%201.pdf>

Opracowała: Kinga Bartkowiak