

Beroepsziekten

Op de werkplek, kan door een verkeerde houding, steeds herhaaldelijke bewegingen of door werkdruk een stresssituatie ontstaan, die uiteindelijk kan resulteren in fysieke en/of psychische onbalans. Bekend is dat in Nederland een groot aantal lichamelijke symptomen wordt veroorzaakt door stress. Voorbeelden van deze klachten zijn: rugklachten, stijve nek, pijnlijke schouders of armen, hoofdpijn en lusteloosheid. Deze klachten zijn een belangrijke oorzaak van RSI en burnout. Door het aanbieden van stoelmassage wordt het evenwicht tussen spanning en ontspanning hersteld. Het versterkt het zelfbewustzijn.

Voor veel bedrijven is het terugdringen van het ziekteverzuim een belangrijk onderwerp in het ARBO-jaarplan. Bij een regelmatige behandeling heeft stoelmassage een opbouwend karakter en kan daarom een belangrijke bijdrage leveren het ziekteverzuim van werknemers te verlagen. Door deze preventieve manier van werken op regelmatige basis kan stoelmassage een belangrijke plaats gaan verwerven op de werkplek waarvan zowel werkgevers als werknemers veel profijt kunnen hebben.

RSI?

Repetitive Strain Injury (RSI) is een verzamelnaam voor allerlei ziektebeelden die op enige wijze gerelateerd zijn aan arbeid. Het gaat hierbij om klachten van het bewegingsapparaat en welke vaak tot uiting komen in de bovenste ledematen.

RSI wordt veroorzaakt door arbeidsgebonden activiteiten zoals:

- Repeterende bewegingen
- Grote of juist kleine krachtsinspanningen
- Belastende houdingen
- Een gebrek aan beweging (ontspanning)
- Stress
- Werkdruk
- De organisatie van het werk

RSI, een groot probleem?

Beeldschermwerken kan tot klachten leiden. Hoe langduriger en hoe intensiever u werkt, des te groter de kans op klachten. Het aantal beeldschermwerkers neemt nog steeds toe.

Inmiddels werkt in Nederland 55% van de beroepsbevolking van 6 miljoen werkenden meer dan twee uur per dag achter een beeldscherm. Het percentage beeldschermwerkers met klachten neemt ook nog steeds toe. Deze klachten worden vaak 'RSI' of 'muisarm' genoemd.

Meer informatie vindt u op de volgende websites.

[RSI - patiëntenvereniging](#)

<http://rsi.pagina.nl> Stoelmassage. Professionele stoelmassage. Stoelmassage voor bedrijven.