

KATRI MANNERMAA

# Työhyvinnön ja työturvallisuuden käsikirja



ALMA TALENT  
HELSINKI 2022



Copyright © 2022 Alma Talent Oy ja Katri Mannermaa

ISBN 978-952-14-4708-2

ISBN 978-952-14-4709-9 (e-kirja)

Kansi: Laura Laamanen

Taitto: Aste Kirjat Oy

Paino: Otavan Kirjapaino Oy, 2022 Keuruu

Anna palautetta kirjasta: [kustannustoimitus@almatalent.fi](mailto:kustannustoimitus@almatalent.fi)

# Sisällys

<b>SANASTO</b>	11
<b>KIITOKSET</b>	19
<b>1 PERUSKIVI</b>	21
1.1 Kansainvälinen ja kansallinen työsuojelutoiminta	24
1.2 Työturvallisuuslaki	26
1.3 Yhteinen työpaikka ja vuokratyö	31
1.3.1 Vuokratyö	34
1.3.2 Tilaajavastuulaki	35
1.4 Työpaikkatason työsuojelutoiminta	37
1.4.1 Työnantajan velvoitteet	37
1.4.2 Työntekijän vastuu	39
1.4.3 Työsuojelun toimintaohjelma työpaikalla	42
1.5 Työsuojeluyhteistoiminta työpaikalla	44
1.5.1 Yhteistoimintalaki	50
1.5.2 Työsuojelupäällikkö	53
1.5.3 Työsuojeluvaltuutettu	55
1.5.4 Työsuojelutoimikunta	59
1.6 Työsuojeluviranomainen	61
1.7 Työturvallisuuden laiminlyönnin seuraukset	63

<b>2 TYÖPAIKAN TURVALLISUUSJOHTAMINEN</b>	67
2.1 Turvallisuuskulttuuri	70
2.2 Laajempi, onnistumiset huomioiva turvallisuuskulttuuri	76
2.3 Riskienhallinta	81
2.4 Työhön liittyvien vaarojen ja mahdollisuuksien arviointi sekä työpaikkaselvitys	83
2.4.1 Työpaikkaselvitys ja vaarojen arviointi	91
2.4.2 Työturvallisuuseriaatteet	94
2.5 Turvallinen ja terveellinen työpaikka	96
2.5.1 Perehdytys ja koulutus	96
2.5.2 Työtapaturmat ja niiden kustannukset	99
2.5.3 Liikkumistapaturmien vähentäminen	105
2.5.4 Tapaturmien tutkinnasta oppiminen	109
2.5.5 Vakava työtapaturma	117
2.6 Tapaturmavakuuttaminen	119
2.7 Ammattitaudit ja työperäiset sairaudet	122
2.8 Ulkomaalaiset työntekijät	125
2.9 Nuoret ja kausityöntekijät	127
2.10 Turvallisuuskävelyt	131
2.11 Turvallisuuden mittaaminen	133
2.12 Laatujärjestelmät työturvallisuuden ja hyvinvoinnin vakiinnuttajina	140
2.13 Turvallisuusviestintä	147
<b>3 TURVALLINEN TYÖYMPÄRISTÖ</b>	152
3.1 Työtilat	152
3.2 Sisäinen liikenne sekä järjestys ja siisteys	155
3.3 Palo- ja poistumisturvallisuus	157
3.4 Fyysiset kuormitustekijät ja työergonomia	162
3.5 Kognitiivinen ergonomia	172

3.6	Fysikaaliset kuormitustekijät	176
3.6.1	Melu	177
3.6.2	Tärinä	182
3.6.3	Lämpöolosuhteet	185
3.6.4	Painelaiteturvallisuus	188
3.6.5	Valaistus	191
3.6.6	Säteily	193
3.7	Terveellinen sisäympäristö	204
3.8	Biologiset tekijät	211
3.8.1	Lisääntymisterveydelle työssä vaaraa aiheuttavien tekijöiden ehkäisy	218
3.8.2	Veren välityksellä tarttuvien infektioiden ennaltaehkäisy	220
3.9	Syöpäsairauden vaaraa aiheuttavat tekijät ja ASA-rekisteri	221
3.10	Viiltotapaturmien ehkäisy	224
3.11	Kemikaaliturvallisuus	225
3.12	ATEX-määräykset	230

## 4 MUUTAMIEN TOIMIALOJEN TYÖTURVALLISUUSHAASTEITA

4.1	Rakennustyö	235
4.2	Asbestityö	238
4.3	Kone- ja laiteturvallisuus	241
4.4	Korkealla tehtävä työ	247
4.5	Sähköturvallisuus	253
4.6	Kuljetus- ja logistiikka-ala	258
4.7	Työväkivalta	262
4.8	Suojaimet	275
4.8.1	Hengityksensuojaimet	277
4.8.2	Jalkineet	279

4.8.3	Kuulonsuojaimet	280
4.8.4	Silmien- ja kasvojen suojaimet	281
4.8.5	Suojakäsineet	283
4.8.6	Suojavaatetus	286
4.8.7	Putoamissuojaimet	287
4.8.8	Päänsuojaimet	288
<b>5</b>	<b>TYÖKYKY OSANA TYÖHYVINVOINTIA</b>	289
5.1	Työkykyjohtaminen	289
5.2	Varhainen tuki ja työhön paluun tuki osana päivittäisjohtamista	295
5.3	Korvaava työ, osa-aikaisuus ja kuntoutus	299
5.4	Psykososiaalinen kuormitus ja stressi	303
5.4.1	Psykososiaaliset kuormitustekijät	303
5.4.2	Kuormittuneisuus ja stressi	311
5.4.3	Resilienssi	317
5.5	Eettinen kuormittuminen	321
5.6	Työntekijäosaaminen	322
5.7	Työn merkityksellisyys	326
5.8	Palautekäytännöt	329
5.9	Työajat	333
5.10	Runsas työmatkustaminen	338
5.11	Uudet työntekeamisen tavat	340
5.12	Eri-ikäisten johtaminen	343
5.13	Työhyvinvoinnin kehittäminen	348
<b>6</b>	<b>TYÖSSÄ ILMENEVIÄ HAASTAVIA TILANTEITA</b>	352
6.1	Muutos	352
6.2	Työpaikan ristiriitojen ratkaisu ja sovittelu	355
6.3	Häirintä ja epäasiallinen käyttäytyminen	359
6.4	Vastuuton työkäyttäytyminen	364

6.5	Sosiaalinen media työtehtävissä	367
6.6	Maalittaminen	369
6.7	Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus	373
6.8	Päihteet työelämässä	375
6.9	Savuton työpaikka	379
<b>7</b>	<b>TYÖTERVEYSHUOLTOPALVELUT</b>	<b>383</b>
7.1	Työterveyshuoltolaki ja hyvä työterveyshuoltokäytäntö	384
7.2	Toimiva työterveysyhteistyö työkyvyn tukena	389
7.3	Ensiapuvalmius	391
7.4	Työhygieeniset mittaukset	394
<b>8</b>	<b>TULEVAISUUDEN TYÖTURVALLISUUSTYÖ</b>	<b>396</b>
	<b>LÄHTEET</b>	<b>403</b>
	<b>VERKKOLÄHTEET</b>	<b>407</b>

# Kiitokset

Tämä käsikirja on jalostunut vuonna 2018 julkaistusta *Työsuojelupäällikön käsikirjasta*, jonka tarkoituksena oli koota yksiin kansiin yleisimmät työsuojelupäällikön työssään tarvitsemat sisältöalueet ja ohjeet. Kirjan julkaisemisen jälkeen oli kuitenkin ilmeistä, että kirja olisi hyödyksi aivan kaikille esihenkilöille ja työntekijöille, koska esihenkilöt ja johtajat vastaavat osaltaan työhyvinvoinnin ja työturvallisuuden kehittamisestä ja työntekijät osallistuvat työhyvinvoinnin ja työturvallisuuden kehittämiseen sekä ylläpitoon. Työhyvinvointi- ja työturvallisuustyö toteutuu työn arjessa kaikkien ammattiryhmien parissa, ei yksin työturvallisuustoimijoiden toimista. Siksi olen laatinut kirjasta tämän uuden version. Kuten nykyisessä työssäni usein totean, linjaorganisaatio vastaa ja jokainen työntekijä toimii sen hyväksi, ettei työ ylikuormita ketään ja että se antaa tyydytystä tekijöilleen.

Tämä päivitetty teos on syntynyt ISO45001:2018-laaturjärjestelmän rakentamisen aikana ensin ajatuksen tasolla, myöhemmin talven ja kevään 2022 aikana kirjalliseen muotoon. Ajatustyö ei olisi kehittynyt ilman loistavaa työtiimiäni Satakunnan sairaanhoitopiirissä. Sydämellinen kiitos teille kaikille! Ilman verkostojen tukea arki ei olisi näin palkitsevaa. Kiitos jokaiselle yhteistyökumppanille ja työkaverille. Erityiskiitos Työturvallisuuskeskuksen Miia Puukalle ”turinoistamme” jo vuosien ajan – jota yhäti jatketaan!



Kirjoitustyön aikana tukipilarina kustantajani puolelta on toiminut Alma Talentin Hanna Virusmäki. Kiitos arvokkaista kommentteistasi sekä korjausehdotuksistasi.

*Omistan tämän teoksen kummityölleni, kevään 2022 ylioppilaalle Janika Jokiselle. Citius, altius, fortius!*

Porissa Kokemäenjoen rannalla Suvivirren raikuessa

*Katri Mannermaa*