

BIJLAGE III VEILIG EN GEZOND WERKEN

In dit document vindt u concrete aanbevelingen en tips die u direct kunt toepassen bij het opstellen van een veilig en gezond rooster voor medisch specialisten.

Voor achtergronden bij deze aanbevelingen en tips verwijzen wij u naar de uitgebreide handreiking “Met zorg roosteren”.

Gesprek over werkzaamheden, roosterontwikkeling en evaluatie

- De organisatorische eenheid en het bestuur maken jaarlijks afspraken over de inzet van de beschikbare capaciteit voor:
 - patiëntgebonden taken (productie);
 - opleiding (van aios, anios en coassistenten);
 - onderzoek;
 - management;
 - overige activiteiten gebonden aan de organisatorische eenheid en de eenheid overstijgende organisatie-brede activiteiten.

Uitgangspunt is dat de hoeveelheid werk in overeenstemming is met de beschikbare capaciteit.

- Op basis van de gemaakte afspraken tussen organisatorische eenheid en het bestuur maakt de organisatorische eenheid een passend rooster voor de medisch specialisten in de organisatorische eenheid. Bij het opstellen van dit rooster worden uitgangspunten voor gezond roosteren zoals vermeld in deze bijlage gehanteerd. Het bestuur is verantwoordelijk voor het creëren van de juiste randvoorwaarden bij het gezond roosteren.
- Elke drie maanden, en zoveel eerder als daar dringende redenen voor zijn, evalueren de organisatorische eenheid en het bestuur de gemaakte afspraken. Indien er knelpunten voorkomen worden daar oplossingen voor gezocht en de gemaakte afspraken aangepast.

Aanbevelingen en tips bij het roosteren

Bij het roosteren, is vooral de hersteltijd na diensten van belang. De benodigde hersteltijd na een dienst is afhankelijk van de belasting van die betreffende dienst. De belasting van een bereikbaarheidsdienst (nacht)dienst wordt bepaald door het aantal oproepen en/of het aantal uur dat wordt gewerkt tijdens de dienst en het aantal uren dat tijdens, voor en na de dienst kan worden geslapen. De hersteltijd die de meeste aandacht verdient, is de hersteltijd na een bereikbaarheidsdienst tijdens de nacht die wordt gevolgd door een dagdienst.

Aanbevelingen

- Leveren één of meerdere bereikbaarheidsdiensten in de nacht structureel een grote belasting (dus veel uren werk) op dat hersteltijd direct nodig is? Plan dan aansluitend aan de betreffende dienst vrij of houd hier rekening mee bij het plannen van de soort werkzaamheden.
- Leveren één of meerdere nachtdiensten regelmatig een grote belasting op dat hersteltijd direct nodig is? Plan dan aansluitend aan de betreffende dienst werkzaamheden in die niet-tijdgebonden zijn, zoals niet-patiëntgebonden taken.

- Leveren één of meerdere bereikbaarheidsdiensten tijdens de nacht incidenteel een grote belasting op dat hersteltijd direct nodig is? Dan kunnen er aansluitend aan de betreffende dienst(en) tijdgebonden- of niet patiëntgebonden taken worden ingepland, waarbij dan wel rekening gehouden moet worden met het zoeken van vervanging voor een paar keer per jaar.
- Uit chronologisch oogpunt is het verstandig zo min mogelijk diensten van dezelfde soort achter elkaar te plannen. Een traag roulerend rooster (5 of meer diensten van dezelfde soort) leidt aan het einde van de dienstenreeks tot een grote storing van het fysiologisch systeem. Plan daarom liever bijvoorbeeld snelle (1 á 2) diensten van dezelfde soort of gematigd snelle (3 á 4) diensten van dezelfde soort achter elkaar.
- Richt een rooster in op basis van het principe van voorwaarts roteren, dus niet nachtavond-ochtend, maar bijvoorbeeld ochtend-avond-nacht.

Tips

- Rooster vaker in voor korte diensten, zodat de arbeidsbelasting per dienst relatief beperkt is.
- Besteed niet alleen aandacht aan herstelmomenten ná (nacht)diensten, maar ook aan herstelmomenten tijdens (nacht)diensten: houd op tijd pauzes en wissel zware werkzaamheden af met lichte werkzaamheden.
- Is de belasting structureel te hoog, dus ook buiten de diensten om (zeer lange werkdagen of bereikbaarheidsdiensten tijdens de nacht die voor twee derde deel bestaan uit arbeid)? Pleeg dan overleg met het bestuur voor een structurele oplossing. Een oplossing kan de overstap naar een volcontinue rooster zijn.
- Houd bij het bepalen van het aantal fte rekening met:
 - persoonlijke personele kenmerken als:
 - ziekteverzuim;
 - verlofdagen;
 - bijzonder verlof;
 - studiedagen
 - pieken en dalen in het werkaanbod per week, maand en kwartaal;
 - de balans tussen personele beschikbaarheid en werkaanbod.
- Houd als organisatorische eenheid bij welke werkzaamheden er tijdens een dienst worden verricht, zoals telefonische storingen en aanwezigheid in het ziekenhuis na een oproep en hoe vaak er tijdens die aanwezigheid een beroep op de specialist wordt gedaan. Regel het intern zo dat uitsluitend als de acute patiëntenzorg dat vraagt, er wordt gewerkt in een bereikbaarheidsdienst.