

Prvi pregled ureditve zdravstvene oskrbe ustvarjalcev v gledališčih

Za urejanje problematike zdravstvene oskrbe ustvarjalcev na področju uprizoritvenih umetnosti je na zahodnem delu globalne politične celote ob koncu 90. let prejšnjega stoletja vzniknila nova veja smeri medicine dela – Performing Arts Medicine, okrajšano PAM, ki je analogna medicini športa in tesno sodeluje z raznoterimi specialističnimi medicinskimi področji ter interdisciplinarnimi specializacijami, ki se z nabori vedenj in znanj medsebojno dopolnjujejo. Dosedanje sistematične raziskave vpliva del, poškodb in obremenitev na umetniških področjih ter njihovega preprečevanja v največji meri obravnavajo predvsem glasbenike in plesalce. Kot navajajo viri javno dostopne strokovne literature s tega področja,¹ je namreč glavni razlog tovrstnega raziskovanja povečano število poškodb in boleznih vrhunskih glasbenikov in plesalcev v zadnjem času. Zato zaradi večje usmerjenosti na ti izrazni dejavnosti z velikim zaostankom sledijo raziskave ostalih poklicev nastopajočih ustvarjalcev. Uresničitev dveh ciljev, sistemizacije specifičnih sprememb v zdravstvenem stanju in razvrstitve poškodb tovrstnih sprememb (od običajnih in atipičnih akutnih, kroničnih, kratkotrajnih in trajnih bolečin pri delu, nevrološko mišičnih disfunkcij do psiholoških in duševnih težav),² se izmika predvsem zaradi na videz manj izrazite ekonomske upravičenosti trga.

Reševanje zdravstvenih težav in poškodb se pri tem vrši po uveljavljenem načelu celostnega pristopa obravnave človeka. Holistična medicina torej, ki razsežnosti bolezenskih težav, nastalih zaradi specifičnih vzrokov porušenega ravnotežja v delovanju organizma in vseh zaznanih sprememb v zdravju posameznika, obravnava pretežno preko poglobljenega pogovora. Pri tem so sodobni tehnološki pripomočki s širokim spektrom diagnostičnih tehnik, pristopov in znanj vključeni v specialistične medicinske smeri zgolj naknadna dopolnitev osnovnega kliničnega pregleda. Vzeti čas za pogovor je tako ključ, ki usmerja tako diagnostiko kakor tudi predpogoj sistemske odprave boleznih in poškodb na omenjenih področjih dela. Za omogočanje primerne strokovne podpore in skrbi tej visoko usposobljeni skupini posameznikov je namreč pomembno odpraviti vzroke, in ne zgolj vnanje znake boleznih.

Zaradi prekrivanja raznorodnih področij del, ki jih zajema odrsko ustvarjanje, je za izbiro najprimernejšega načina pristopa k zdravljenju ključno sodelovanje vseh specialističnih smeri medicinske vede: od nevroznanosti in nevrologije, histologije, endokrinologije, otorinolaringologije, imunologije, ortopedije, kirurgije okončin, revmatologije, športne medicine, rehabilitacijske medicine do psihiatrije itd.

V našem prostoru navkljub velikemu številu delujočih v dejavnostih uprizoritvenih umetnosti dejansko ni izkazanega interesa za vzpostavitev poskusne specialistične ambulante, ki bi omenjenim zvrstem v podporo opravljala naloge pooblaščenega zdravnika in prispevala spodbudne rezultate ter znanja o boleznih, njihovem preprečevanju in zdravljenju, kar je

¹ Dostopno na: <https://www.sciandmed.com/tpam/performingartsmedicine.aspx> [16. 6. 2018]; <http://artistshealth.com> [16. 6. 2018]; <http://athletesandthearts.com/dev/wp-content/uploads/Report-to-Congress-1994.html> [16. 6. 2018]; <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/labs/journals/med-probl-perform-art/> [16. 6. 2018]; http://www.bapam.org.uk/perf_intro.html [16. 6. 2018].

² Robert T. Sataloff idr.: *Performing Arts Medicine, 3rd edition*. New York: Raven Press, 2010.

temeljno vodilo razvoja medicinske znanosti. Tako je denimo proučevanje vplivov kratkotrajnega in dolgotrajnega stresa na srce in ožilje, na endokrini sistem, obrabo skeleta, sklepnih hrustancev, vezi, preučevanje nevroloških bolezni in nenazadnje poškodb pri delu ob sicer zakonsko predpisanih pregledih zaposlenih v ambulantah medicine dela prepuščeno predvsem zdravnikom splošne oz. družinske medicine. Ti tudi odločajo, v katerih primerih je smiselno obolelega napotiti na določen specialistični pregled. Tovrstne individualne obravnave zato ne prispevajo niti osnovnih vedenj o varovanju zdravja v tako svojevrstnih delovnih okoljih, kot so značilna za poklice uprizoritvenih umetnosti. Podoben primanjkljaj, kot je nedosegljivost strokovnih ugotovitev o bolezenskih stanjih, se kaže tudi v preventivnem delu medicinske službe. Proučevanje in napotilo k odpravljanju vzrokov za nastanek določenih zdravstvenih težav oz. bolezni na teh področjih dela se namreč vrši zgolj periodično – ob predhodni ali občasni napotitvi delodajalca na redni zdravniški pregled.

Posvečanje pozornosti na zdravje ustvarjalca v gledališču kot zaposlenega je izrazito neustrezno. Zdravniški pregledi se izvajajo zgolj pri podpisu pogodbe o zaposlitvi ali pri napotitvi zaradi večjega tveganja poškodb pri delu, kot je npr. značilno za delo na višini; tudi zakonsko določeni časovni presledki 5 let so bistveno predolgi glede na težavnostno stopnjo poklica. Po zdravniškem pregledu zaposleni prejme izvid, v katerem je zanj podana analiza tveganj, ocena zdravstvenega stanja in končno mnenje ali zdravniško spričevalo. Zdravniški izvid z oceno zdravstvenega stanja prejme in upošteva le izbrani zdravnik zaposlenega. S tem se tovrstni izvidi ne vnašajo v skupni zdravstveni register ocenjevanih delovnih skupin, kar onemogoča stvarnejši vpogled v zdravstveno problematiko kot sistemizacijo zdravstvenih sprememb na delovnih mestih.

Zgolj administrativni prikaz podanih zdravniških mnenj o zmožnosti ali nezmožnosti za delo tudi ne zagotavlja spremljanja resnične ocene zdravstvenega stanja posameznega zaposlenega na področju uprizoritvenih umetnosti. Mnogokrat je vpliv izraženih želja tako delodajalca kot delojemalca večinoma podvržen osebnim željam. Najpogostejši razlog za ta pojav je strah pred izgubo službe ali delovne priložnosti. Takšna situacija ne le drastično spremeni občutek varnosti pri zaposlenem zaradi njegovega slabšega gmotnega in družbenega položaja, temveč tudi dejansko negativno vpliva na zdravstveno stanje. Enako velja za strah pred izključenostjo in ob sorodnih zaznavah morebitnih nevarnih okoliščin. V obravnavanih delovnih okoljih je za takšna tesnobna duševna stanja pogosto vzrok občutek nezmožnosti uresničitve pričakovanj, posebno pri časovno neodložljivih delih. Neposredno in posredno, neredko tudi prikrito vplivanje na mišljenje, ravnanje in čustva namreč uresničuje in krepi občutke krivde, ki ob namišljeni neučinkovitosti ob soočanju s skrajnimi napori zaposlenega zlahka iztiri iz telesno duševnega ravnotežja. Zaradi ustvarjalčeve občutljivosti, ki je predpogoj za umetniško ustvarjanje in hkrati zaradi lastnega stremljenja h kreativnemu preboju so soočenja s pritiski zunanjega sveta pogosto dejavnik, ki zelo poslabša zdravstveno stanje ustvarjalca. Takšne situacije vodijo k sami uresničitvi strahov ali k zatekanju v različne oblike odvisnosti.

Doktrina »najprej zdravje«, ki je ključnega pomena za uspešno in dobro delo ter razvoj družbe, je, kot kaže, postala orodje zlorab in pritiska tudi s strani medicinske stroke. Ta je namreč prekomerno podvržena ekonomski interesom (po raziskavi britanske strokovne revije *British Medical Journal* je zagotovljeni čas zdravniške obravnave v Sloveniji zgolj 6,9 min,

na Švedskem pa 22 min),³ kar je v popolnem nasprotju z zavezo in poslanstvom zdravniške službe. Pri tem postaja delojemalec instrument povzročanja dolgoročne in dolgotrajne škode tako z vidika zdravniške službe kot delodajalca, rezultati tega neustreznega ravnanja pa so vidni na ravni posameznika, stroke in družbe.

Akutne bolezni, ki se razvijejo v kronične ali se celo končajo z nenadno smrtjo zaposlenega ustvarjalca v gledališču, povečujejo strošek zdravljenja nastajajoče bolezni, povzročajo pritisk na bližnje (čustveni, socialni, materialni) in onemogočajo rast uspeha v delovnem kolektivu in opravljani poklicni dejavnosti. Takšno stanje pomeni protislovje z vidika ekonomske upravičenosti, saj je vložek za doseg visokokakovostne usposobljenosti zaposlenega povsem spregledan. Več kot očitno gre pri opravljanju dela zaposlenega ustvarjalca za skrajno nasprotje temeljnih postavk gospodarnosti in zakonskih določil z javnim dobrim. Tako naravnan sistem zdravstvenega varstva slabšalno vrednoti vse delavce na področju uprizoritvenih umetnosti, tudi vrhunske ustvarjalce, in ne zajema delavcev, ki niso v rednem delovnem razmerju z javno ustanovo. Negativne vplive takšnega sistema lahko razdelimo v dve skupini: neuresničenost strokovnega razvoja disciplin in neuresničenost odprave zdravstvenih težav zaradi umanjkanja podatkov s tega strokovnega področja; razdvajanje pravic posameznikov, s čimer postane večja možnost nepotrebnih zapletov in usodnih napak pri reševanju (morda pravočasno zaznanih) zdravstvenih težav obolelih.

1. Preventiva

Preventivna ureditev je v neskladju s cilji zdravstvenega varstva. Izjema so zakonsko določeni ukrepi za zagotavljanje varnosti in zdravja pri delu. Temeljna načela *Zakona o varnosti in zdravju pri delu* sicer uokvirjajo pravni red, v realnem stanju pa kažejo brezpredmetno papirnato veljavo. S tem se razkriva popolna nezainteresiranost za posameznikovo in javno dobrobit tako s strani medicinske stroke kot s strani poklicnih skupin, ki sodelujejo in upravljajo s subjekti del na področju gledaliških umetnosti.

Preventivno zdravstveno varstvo zaposlenih zaostaja predvsem zaradi neuspešnosti razvoja medicine dela na izobraževalni ravni lastnih kadrov. Ker obravnave poklicnih boleznih igralcev in drugih delujočih na tem področju pri nas ni, umanjka vrsta vedenj, znanj in povezav, ki bi lahko prispevali k razumevanju motenj v delovanju organizma v določenih delovnih okvirih in s tem k izboljšanju zdravstvenega stanja zaposlenih. To slabi že obstoječe predpisane ukrepe varovanja zdravja in hkrati onemogoča vzpostavitev novih, bolj relevantnih postopkov preventivnega ukrepanja. Sedanja navodila za ravnanje v delovnih okoljih so namreč presplošna in ne ustrezajo delovnim skupinam v uprizoritvenih poklicih.

Skrb za zdravje na delovnem mestu izkazuje v prvi vrsti gospodaren odnos do dela in ustvarjenih dobrin tako delojemalca kot delodajalca, vendar pa slednji s pomočjo zapisanih napotil le navidez nesebično deluje v dobrobit zaposlenega. V praksi uveljavljena tovrstna ravnanja so dokaz, da gre v resnici zgolj za kratkotrajno naravnan ekonomski interes delodajalca. Tudi takrat, ko gre za državo in njen javni prid. Zavzemanje za zdravje zaposlenih, ki ga uradno omogoča delodajalec, bi zato za učinkoviti dobrobit moralo postati

³ Dostopno na: <https://www.bmj.com/content/359/bmj.j5172> [8. 10. 2018].

sestavni del delovnega procesa, in ne zgolj del občasnih rekreativnih dejavnosti zaposlenih v njihovem prostem času.⁴

Zgoraj navedeni zaključek odpira zahtevno problematiko, ki se dotika meja osebne svobode in je ključna vrednota na področju izražanja v umetnosti. Odgovor na vprašanje, v kolikšni meri in na kakšen način bi bila skrb za zdravje na teh področjih urejena, se ponuja v preseku družbene in refleksivne zavesti posameznika.⁵ Na dolgi poti ozaveščanja je čas, ki ga lahko strokovne službe medicinskih ved, posebno rehabilitacijska psihoterapija, in službe nekaterih družbenih smeri, npr. psihoanaliza, namenijo posamezniku, ključnega pomena. Te oblike pomoči pa so za sedaj dostopne samo samoplačniško. Samoorganiziranost zaposlenega, ki izhaja iz naravne potrebe, se zato kaže kot del strategije izmikavanja odgovornosti delodajalca do pravic in dolžnosti zaposlenega.

2. Bolezni

Motnje v delovanju organizma, ki so poleg poškodb, nastalih pri delu zaradi zunanjih dejavnikov (npr. poškodbe na in ob igranih površinah, prevozu na in z dela, poškodbe v pomožnih prostorih ...), lahko generično delimo na kronične trajne bolezni in ponavljajoče se akutne. Od vrste bolezni in vzorca njenih ponavljanj je odvisna tudi doba nezmožnosti za delo. Posebnosti posameznih delovnih mest na področju uprizoritvenih umetnosti namreč prinašajo značilne vrste poškodb in obolenj ter različen čas, ki je potreben za telesno in duševno regeneracijo. Velikokrat je potreben specifičen zdravniški poseg v organizem z drugačno perspektivo ozdravitve.

Prav vsaka vrsta dela s področja uprizoritvenih umetnosti zahteva vzdržljivost, natančnost, hitrost in moč, skratka posebno razvito in hitro odzivno čutno-gibalno obvladovanje telesa. Naštete nadzoruje živčni sistem, pri čemer je pomemben potek nevrološkega delovanja v obe smeri. Pogosta prisilna drža in gibanje telesa, tako okončin, členkov kot govornega aparata, vplivata na živčne povezave, njihovo oblikovanje in razvitost (plasticiteto, slovensko 'kipovitost'). Pri tem, ko premoč ponavljajočih se zahtevanih aktivnosti (telesnih gibanj in drž) spreminja živčni in zunanji ustroj organizma, se te vrste prilagodljivosti zaradi neskladja z naravnimi evolucijskimi danostmi bitja sčasoma začnejo kazati kot bolezenske spremembe skeleta, sklepov, vezi, mišic in živčevja. Intenzivna izvajanja zahtev, ki v določeni meri in v zgodnejšem življenjskem obdobju ponujajo ugled in videz imenitnosti posamezniku, praviloma na daljši rok, s staranjem negativno učinkujejo na zdravje. Znaki in simptomi takšnih delovanj, kot rečeno, niso raziskani, ocenjeni, ovrednoteni in ne zbrani.

Etiologija, veda o vzrokih pojavov, je na področju uprizoritvenih umetnosti prepuščena splošno veljavnemu razumevanju vzrokov nastalih težav. Najpogostejši razlog je presplošno opredeljen kot utrujenost ali izgorelost, ki pomeni stanje skrajne telesne in duševne izčrpanosti. Navkljub resnosti in razumevanju, kaj pomeni stanje telesne in duševne izčrpanosti, umanjka zavedanje, da čas za celjenje in regeneracijo ni samoumevno

⁴ Za začetek bi se moralo v opozorilo na potrebne spremembe preobraziti sedaj trdovratno utemeljevanje delodajalcev, da zaposleni danih možnosti skrbi za zdravje večinoma ne uporabljajo. V naslednjem koraku pa bi morali zaposlenim v pravi meri spodbuditi naravno skrb za zdravje.

⁵ Glej 4. poglavje *Dodatek*.

zagotovljen. Zaradi delodajalca je z vidika različnih razlogov zaposleni zavestno gnan preko skrajnih meja, kar kaže na pomanjkanje osnovne človeške in javne ozaveščenosti, odgovornosti do samega sebe, sočloveka in družbe ter predvsem na patološko sliko družbe.⁶

Posledice daljšega neposrednega fizikalnega, kemičnega in mehanskega vplivanja na organizem zaposlenih so skupne vsem oblikam odrskih del. Pogosta obolelost dihal, vnetja kože, sluznic in kostnih ovojnic ter vezi so običajno zaznana prepozno, šele ob padcih odpornosti ali navadno po prenehanju intenzivnih del – po premieri, med prazniki in dopusti. Enako velja za poškodbe sluha in vida, ki so povezane s slabimi pogoji dela in nezmožnostjo zagotovitve sicer zakonsko predpisane zaščite (najočitnejša je predpisana zaščita pri tveganju poškodb zaradi padcev predmetov z višine).

Med povzročitelje poškodb in bolezni, ki jih medicina dela ne obravnava dovolj resno, so poleg hrupa (bližina in jakost ozvočenja na odrih; nagla prehajanja visokih in nizkih tonov) za zdravje nevarna močna svetlobna sevanja umetnih luči (zlasti dolgotrajna in bližnja), ki izpričano negativno vplivajo na čutila, posebej na vid in kožo. Zaradi delu lastne nezmožnosti zagotovitve predpisane zaščite zaposlenim (protihrupne slušalke, čepki ipd.) bi morala biti prevelika jakost zvoka in svetlobe opredeljena ter upoštevana kot nezanemarljiva povzročitelja poškodb, nastalih na delovnem mestu. To velja tudi v obratnem pogledu – delovno okolje vsebuje pomanjkanje svetlobe, kar je pogosto v prostorih za vaje, v katerih je tudi slab ali neprimerno zračen prostor. Dodatno izpostavljenost dihal raznim okužbam in izpostavljenost telesa k nastanku revmatskih obolenj sklepov in mišic povzroča nihanje temperature v značilno prepišnem delovnem okolju.

Navedeni dejavniki dolgotrajno in škodljivo vplivajo še posebno na igralce z lutkovnega področja. Povezani so z dolgotrajnimi prisilnimi držami, rabo in stanji okončin, pogosto tudi z nošnjo in uporabo določene scensko-likovne opreme (od mikrosprememb na tkivih in kosteh dlani do kvarnih sprememb hrbtenične strukture, medenice, mišic, notranjih organov idr.). Pretežni delež negativnega vpliva pri ustvarjanju uporabljanih oblikovnih vrst in elementov, ki stiskajo in prisilno oblikujejo telo ter stopala, pa pripada ženskemu spolu. Vsi takšni elementi ob hitrih spremembah položaja pri utrujenosti ali nepozornosti ustvarjalca, tehničnih ovir na odrski površini oz. na poti nanjo, zaradi nenaravne obremenitve telesa in posledično sprememb fiziološkega stanja (dihanje in pretok krvi do možganov) bistveno povečajo možnost in vrsto poškodb na delu. Ob terjani slabi vidljivosti v okolici delovne površine ali celo zahtevi po temi, ki jo spremlja povečana raven stresorjev v krvnem obtoku in za izostreno pozornost povečan vložek energije, pa je tovrstna ogroženost tolikanj večja.

Poškodbe na delovnem mestu so običajno posledice mehničnega, fizičnega in kemičnega delovanja na organizem in se pri poklicu nastopajočih ustvarjalcev lahko povzročajo povsem zavestno, v skladu z dogovorom med delodajalcem in delojemalci. Nenaravne lege telesa, okončin in notranjih organov namreč, kot rečeno, zahtevata narava delovnega mesta in ciljni rezultat. Povzročena patologija sprememb, ki se formira zaradi napačnih leg in povečanega pritiska na tkiva (okončine, trebušni in prsni organi, oči, ožilje vratu in glasilke),⁷ pa se

⁶ Za poklice uprizoritvenih umetnosti je značilno kontinuirano premagovanje težkih psihičnih in fizičnih naporov, bistveni del tako zahtevnega dela je predvsem zagotovljeni kvalitetni počitek, kar je empirično dokazljivo nevrološko dejstvo.

⁷ Enako velja pri vnetju ovojnic sklepov in vezi ob ponavljajočih se nategih, izpahih, pokih ali zgolj mišičnih krčih.

prelevi v kronično bolezensko stanje. Tako povzročene poškodbe oz. bolezni bi zato morale biti opredeljene kot tipične, torej kot bolezni, ki so imanentne opravljanju te vrste delovnih mest in primerno ovrednotene. Današnje stanje kaže na neopredeljene in neovrednotene bolezni in poškodbe z izjemo delovnih mest ustvarjalcev s področja baleta, a še tu so opredeljene tipološko omejeno.

Skrajna stanja pozornosti organizma nastopajočega so po vrednosti enaka pripravljenosti na boj ali beg, kar povzroča dolgoročno utrujanje in obrabo telesa, ki predvsem zaradi neuravnoveženih sil v hormonalnem sistemu organizma hitreje vzpostavlja kronične bolezenske motnje.⁸ Vzporedno so pogoste tudi vedenjske motnje v razpoloženju zaradi vznemirjenosti, stiske, podzavestnih predstav, morebitnih odvisnosti in čustev, povezanih z delovnim procesom. Te se pogosto tudi prenašajo iz javnega prostora nastopanja v zasebno, družinsko okolje in v prvi vrsti izražajo hormonsko neravnovesje, ki škodljivo vpliva na celoten biološki ritem človeka; to se odvija tako na celični ravni kot splošno sistemsko, saj je delovanje presnovnega, srčno-žilnega, centralnega živčnega sistema, kostnine ipd. v telesu urejano interaktivno.

Endokrini sistem in hormoni kot kemijski prenašalci signalov po krvožilnem sistemu omenjenih vedenjskih središč v možganih krmilijo razvoj in diferenciacijo vseh telesnih tkiv. Kot pomnoževalci vplivov na organizem povzročijo, da se potencirajo škodljivi vplivi, ki jih povzročajo raznovrstne zmesi izparin, prašni delci, dim, kemikalije in kozmetika, katerim so ustvarjalci uprizoritvenih umetnosti stalno izpostavljeni.

Pri poklicih uprizoritvenih umetnosti, posebno pri igralskem poklicu, se delovni procesi praviloma izvajajo v težkih delovnih pogojih in ob dolgotrajnih negativnih učinkih, ki jih ni moč preprečiti. Kjer je le mogoče, pa lahko negativne učinke omejimo, odškodninsko ovrednotimo in ustvarjalcem zagotovimo ustrezno odmerjeni čas za vzpostavitev zdravja: telesnega, duševnega in duhovnega ravnovesja, ki je pogoj za uspešno ustvarjalno delovanje.

Izurjenost v poklicu igralca ali igralke terja sposobnost priklica različnih čustvenih odzivov telesa. Čustva se namreč uresničujejo skozi telo, občutki pa v območju možganske skorje, uma. Psihičen, duševen, miselni proces izkušenj telesnih stanj, ki vznikata iz možganov in interpretira določeno čustvo ali čustveno stanje, ob tem tudi stimulira telo, ki se celostno odziva. Zunanji dražljaji, ki obarvajo različne dogodke v procesu igralčevega dela, interpretacije, vživetja, se uskladijo z notranjimi dražljaji nezavednih in vseh v umu splošno prisotnih vsebin interpretira (slike, podobe, senzacije, vtisi ...) ter bistveno spremenijo fiziološko sliko telesa. Dolgo časa trajajoča stanja, ki se običajno ponavljajo, s silo vloženega navora po vznemirjenju določenih psihofizičnih stanj utrujajoče vplivajo na celotni organizem. Ocene obrab in poškodb kot posledic dejavnikov čustvovanja v delovnem procesu igralca pa do sedaj kljub nekaterim strokovnim indicem in klinični praksi niso ne raziskane ne ovrednotene in ne opredeljene.⁹

⁸ Neravnovesje hormonskega sistema vpliva na obrabo sklepov, presnovno delovanje celic, tkiv in organov, torej konkretno na prožnost mišic, kože, trdnost kosti, zob ipd. Posledično vpliva tudi na stopnjo obrab in poškodb pri delu, predvsem zaradi zahtevane nagle odzivnosti nastopajočega v posebnih pogojih dela (pred javnostjo, pri pogojih zmanjšane vidnosti in zaščite).

⁹ Delo v gledališču spada med kolektivne umetnosti, ki jo pogojuje zavezanost k skupnemu cilju. Poleg konfliktov in težav iz navedenega elementa duševni ustroj zajema tudi ključni deležnik, zavest. Ta je v sedanjih časih povsem uklonjena cilju po učinkovitosti, pripadnosti in navidezni nekonfliktnosti, kar vodi tako v pasivno

Med najpogostejše kronične bolezni in njihove znake, ki se v pojavljajo med zaposlenimi na mestu poklicnega igralke, igralca spadajo:

- določene nalezljive bolezni (okužbe z virusi herpesa, hepatitisa, TBC in HIV)
- bolezni srca in ožilja (pojasnilo delovanja: ob ponavljajočem doživljanju stresa se iz skorje nadledvične žleze pogosteje sprošča stresni hormon kortizol, ki zvišuje raven krvnega sladkorja v telesu, zmanjša imunski odziv na vnetja, predvsem pa poveča občutljivost žilnih sten na učinke adrenalina in noradrenalina, kar povzroča 'vazokonstrikcijo' – krčenje ožilja, s tem pa se pospešuje bitje srca, kar vodi do visokega krvnega tlaka. Posledice so srčno popuščanje, tanjšanje žil, tvorbe infarktne čepov, pa tudi zastajanje seča in ledvične odpovedi, 'hipertiroza' – povečano delovanje ščitnice, povišan očesni pritisk, avtoimunska vnetja ipd.)
- bolezni hrbtenice, sklepov, vezi in okončin (osteoporoza – stresni hormon kortizol zavira nastajanje nove kostnine, saj zavira absorpcijo kalcija ...)
- nevrološke bolezni (najpogosteje nespečnost, ki negativno vpliva na imunski sistem)
- duševne bolezni
- endokrine bolezni (hipotalamus, hipofiza, nadledvična žleza, ščitnica: deli stresne osi)
- bolezni sluha in vida
- bolezni grla, vratu in glave

Med pogoste oz. ponavljajoče akutne bolezni in poškodbe uvrščamo:

- viroze
- poškodbe kože in podkožja: ureznine, vbodi, piki ipd. (izlivi krvi, otekline, odrgnine ...)
- vnetja sklepov, vezi, živčevja, mišic in sluznic
- kostni zlomi, poki, zvini, izpahi
- krči in mišični stresi, natrganine in poki mišic ipd.
- gastrointestinalna vnetja (ob ponavljajočem se stresu preidejo v kronična)
- obolenja dihal
- stanja potrnosti, žalosti, utrujenosti, psihološki stresi (manije, tesnoba, obsesivno kompulzivna motnja, družbene fobije, panični napadi, epizode zlorab in občutki sramu ter krivde ...)
- telesno-duševne posledice rabe in zlorabe psihosomatskih učinkovin
- srčne aritmije
- akutne motnje senzorično-motoričnih funkcij

sprejemanje nasilja kot v izražena nasilna dejanja. Takšna dejanja oz. vedenja so večinoma usmerjena proti določeni (bolj kot ne navidezni) avtoriteti, ko se lastna stiska projicira na sodelavce, podrejene, nadrejene, predvsem pa so ta vedno usmerjena navznoter – na samega delujočega.

3. Perspektiva

Kvaliteta ljubiteljskega in predvsem poklicnega opravljanja del na vseh področjih umetniškega ustvarjanja izraža vsebino in vrednote družbe, ki je skozi to delo zastopana. Večletno vsakodnevno mojstrenje in nadgrajevanje znanj, veščin ter vedenj bi moralo biti ovrednoteno vsaj na način, kot že velja za poklicne, rekreativne in vrhunske športnike. Tudi na področju umetniških del se namreč že od mladosti kalijo izbranci, ki svoja življenja, čas in trud, pa tudi uspehe posvečajo skupnosti, iz katere izhajajo. Njihovo izstopanje bi zato moralo biti primerno negovano in spoštovano. To velja tudi za obravnavo boleznih in poškodb, ki jim med opravljanjem svojega dela slej kot prej podležejo. Zato je bistveno, da zdravstveni sistem vzpostavi primerno strokovno zdravniško podporo, ki poglobljeno pozna naravo v to skupino zajetih del, vzroke nastalih problemov in njihovega reševanja. Da je takšna specializacija na tem področju smiselna, pričajo življenjska, iz posameznega na splošno sklepana dejstva.

Nabor stresorjev, ki se nizajo skozi profesionalno obdobje delavcev na področju odrskih umetnosti in praks ter vplivajo na iztrošenost telesnega in duševnega gradiva, kaže tudi na nujnost uvedbe določene vrste beneficiranega staža. Takšna uvedba bi bila smiselna za vse vrste umetnosti, vendar zaradi teme poklicev s področja uprizoritvenih umetnosti izpostavljam le-te. Dana možnost varnega umika z odra, od javnega nastopanja, nenehnega boja za preživetje na trgu dela in uničujočih zahtev po potrjevanju bi omogočila nastanek novih visoko kvalitetnih kadrov. Obenem bi morali imeti občutek zagotovila, da se življenjsko delo minulih generacij ne izgubi, temveč osveženo nadaljuje in krepí. Prav tako bi bilo smiselno poskrbeti za dokumentirano sledenje zdravstvenega stanja nekdanjih aktivnih udeležencev del s področja umetniških praks. S tem bi se ocenjevalne analize tveganj in zdravstvene ocene vplivov ter posledic določenih del zbrale v pregleden in uporaben katalog, ki bi učinkovito doprinesel k izboljšanju kvalitete življenja in zagotavljanju zdravja vsem, ki se odločijo za umetniško pot.¹⁰ Uvid vanj bi gotovo ponudil zanimiva in uporabna odkritja v dobro vseh, ki delujejo na področju umetniških praks in del.¹¹

Medicina dela, ki je resda predvsem v službi ekonomije, zadnje desetletje predvsem v anglosaksonskem govornem območju ustanavlja specializirane klinike za obravnavo boleznih umetniških poklicev.¹² Pragmatična politično-ekonomska poteza, ki se ji pri nas glede na siceršnje politične trende začuda ne sledi. Ocenjeno na splošno je v slovenski družbi vztrajno

¹⁰ »What we do on stage or in front of the camera is so physical, and we can't be sick. If we're sick, we don't work. So, you know that old saying *the show must go on*.« (igralka Sheila McCarthy)

¹¹ Iz pridobljenih podatkov, bi se morda potrdila domneva o trajni izgubi umskih in telesnih zmožnosti vsled ne dovolj uporabljenih veščin in znanj, ki strokovnjaku ob nenehnem nadgrajevanju le teh zagotavljajo pogoj za dosego vrhunskih rezultatov. Ko delodajalec zaposlenemu ne omogoča kontinuitete v zahtevnosti del, povzroča neprecenljivo škodo, zato bi morali biti ustvarjalci ovrednoteni ob začetku dogovorjenih del ali kariere ter v primeru neomogočanja deležni odškodnine. Takšno izplačilo glede na potencial bi delodajalca prisililo k prevzemu odgovornosti za razvoj lastnih kadrov ter omogočilo pregledno evalvacijo njihovega vodenja.

¹² Dejavnih je več društev, skupnosti oz. zvez. Performing Arts Medical Associations (PAMA), dostopno na <http://artsmed.org/>; International Association for Music and Medicine, dostopno na jammonline.com; British Association for Performing Arts Medicine, dostopno na bapam.org.uk/; International Foundation for PAM, dostopno na <http://www.ifpam.org/>; International Association for Dance Medicine and Science, dostopno na iadms.org/; Australian Society for Performing Arts Healthcare (ASPAH), dostopno na <http://www.aspah.org.au/web/>; Healthy Performers, dostopno na <http://www.healthyperformers.com/> in drugi.

prisotno popolno nerazumevanje umetnosti, tako samega pojma kot njenega učinkovanja na posameznika in na družbo. Izkazani ekonomsko upravičljivi potencial umetnosti kot industrije trajnih proizvodov in znanj je za politične odločevalce očem neviden, tudi ko je predmet vsakodnevne rabe in se nanaša na vsem lastne izkušnje javnega nastopanja.¹³

Nastopanje in uprizarjanje pred občinstvom v pravi meri prinaša posamezniku in skupnosti veliko obojestranskih koristi. V običajno varnem okviru uprizarjanja ta način besednega in nebesednega izražanja omogoča razkrivanje problemov, s pomočjo slovstvenosti nam spodbuja ustvarjalnost in širi notranje obzorje ter pripomore k manj bolečemu spoznanju zakonitosti sveta. Življenje terja napor, ki ga uprizarjani dogodki in dogajanja pomagajo doživeti, razumeti, prenašati in prenesti. Preko pristnega doživljanja gledalec in nastopajoči skupaj izkušata dogodke, se seznanjata z notranjimi in zunanji razmerami ter telesno in duhovno občutita lasten položaj v svetu. Z izkušnjami, pridobljenimi v varnem okolju, lahko na preprosto neškodljiv način ponotranjita doživeto. To posameznika poveže s skupnostjo, ozavešča z osnovnimi svojimi lastnimi in skupnimi potrebami, prav tako pa ga uči reševati doživete jedrne in sofisticirane probleme, strpnosti do sebe in drugih, sočutja, socialnih veščin in odgovornosti. Oba, gledalca in nastopajočega, torej uri v osnovah človečnosti ter zdravi.

Uprizarjanje sveta skozi vse odtenke življenja, skozi banalna, predvsem pa skozi skrajna stanja in razmere nam omogoča spoznavanje s posledicami določenih kritičnih ravnanj v nekem položaju in izkazuje osmišljeni temelj skupnim družbenim povezavam. Z gledališko igro vzpostavljeni in kritično obravnavani naravni ali s človekovo voljo ustvarjeni sistem je, ker uprizarja resnico, temeljno izhodišče sodobne globalne civilizacije, ki uresničuje pot do izboljšane in ozdravljene človeka tudi s pomočjo sodobne terapevtske prakse psihodrame, terapije s pomočjo igre. Pri tem si posameznik ob pomoči drugih z medsebojnimi odnosi (in prepoznavanjem ter sprejemanjem razlik med njimi) lahko utemelji svojo vlogo, smisel in umeščenost v svetu. Tako prepozna in lažje sprejme svoje delovanje, kar blagodejno vpliva na njegov razvoj osebnosti, telesno zdravje in varno ter prijetno življenje v skupnosti.

4. Dodatek

Izpostavljena skrb za psihofizično blagostanje zaposlenih ni naključna pridobitev v ekonomsko dobrobit usmerjenih razvitih družb, saj dokazano zmanjšuje pogostost odsotnosti zaposlenih na delovnih mestih – 'absentizem', povečuje delovno učinkovitost ter vpliva na posameznikov pozitiven odnos v delovnem procesu in družbenem okolju. Zato je nujna vzpostavitev paradigme ozaveščanja delodajalca in zaposlenega o dobrobiti skrbi za zdravje s teoretično in praktično uveljavitvijo znanj in vedenj, ki ohranjajo ravnotežje dobrega telesnega in duševnega počutja .

Odziv organizma na pretežno zunanje škodljive vplive povzroča stresa, ki vodijo v spremembo zdravstvenega stanja in poškodbe pri delu. V poklicih uprizoritvenih umetnosti je njihov delež posebej izrazit in bi ga morali ustrezno obravnavati. Ker gre za zahtevna in odgovorna dela, ki terjajo izurjenost in visoko strokovno znanje, torej velik osebni in

¹³ Poznavanje ozadja veščin nastopanja in javnega govora bi lahko koristilo novodobni politični »eliti« odločevalcev o skupnem dobrem.

družbeni vložek, je nujno poskrbeti za zmanjševanje njihovega škodljivega vpliva. Nujno je poskrbeti za ozaveščanje z dejavniki stresa pred in med javnim nastopanjem in postopno, strpno odpravo vzrokov nastanka.

Stresorje, na katere se telo odzove in izhajajo tako iz posameznikove subjektivne psihološke in fizične zahteve do okolja kot iz okolja, delimo različno. V grobem jih delimo na stresorje ozadja, ki so na videz neopazne, zanemarljive in nepomembne okoliščine, a dolgoročno povzročajo stresne reakcije. Te so prisotne večino časa in se jih običajno ne zavedamo: zmanjšanje telesnih sposobnosti in resne zdravstvene posledice (neugodna temperatura, nadležen hrup, prisotnost nam neugodnih snovi, gneča na cesti, časovna stiska, naglica, kaos, čakanje, neprestano nezadovoljstvo ...); osebni stresorji, kot so dogodki in okoliščine, dojeti kot psihična ogroženost, saj sprožajo hude notranje napetosti, ki jim posameznik ne more pobegniti ne z begom ne z bojem (izjemni osebni dosežki in izgube, slabi medsebojni odnosi, odvisnosti, zmanjšana telesna dejavnost, prikrajšanosti ...); katalizmični stresorji, ki prizadenejo večje skupine ljudi in ustvarjajo občutek pripadnosti (skupna čustva in vedenje, občutek dolžnosti, preobremenjenost, premalo ali preveč dela, prezahtevno ali premalo zahtevno delo, izpiti, nesreče, skupni nastopi ...).¹⁴

V sistem delovnega procesa vključeni deli predpriprav in priprav na delo, vajo ali nastop nekaterih skupin zaposlenih (igralke in igralci) in tudi tistih, ki delajo na področju uprizoritvenih umetnosti kot samozaposleni, so možnosti skrbi za zdravje sicer zajete v samem opisu del in nalog ter upoštevane pri obračunavanju dohodkov, a hkrati povsem neresno obravnavane. Morda je to zaradi nujnega omogočanja občutka lastnega prostora svobode za kreativno delo in posameznikovo subjektivno odločitev (posebno pereča je problematika upravičenosti do bolniškega dopusta). Ta način poleg svobode odločanja prinaša tudi tveganje poškodb. Rešitev te vrste vprašanj zahteva poglobljeno soočenje s problematiko.

V zakonski ureditvi je mogoče zaslediti trditev, da mora vsak delodajalec poskrbeti za promocijo zdravja na delovnem mestu, kar pa se v praksi večinoma ne izvaja. Nazoren primer je zahteva oziroma dogovor o vzdrževanju delovne kondicije zaposlenega, zapisan v pogodbi o zaposlitvi za delovno mesto igralca. Ta predvideva in zaposlenemu tudi nalaga skrb za lastno psihofizično kondicijo, a na pogoje in uresničevanje slednje delodajalci praviloma pozabljajo. V nekaterih primerih jo zaposlenim celo odrekajo in s tem onemogočajo. Tak primer sta denimo SNG Drama Ljubljana, ki trenutno (od 9. 10. 2018) v svojih prostorih omogoča organizirani obisk vaj pilatesa in Mestno gledališče ljubljansko, ki sta zaposlenim ukinila dolgoletne karte za rekreacijo z utečenim sistemom bazen-savna-fitness. Pojasnilo: v pogodbi o zaposlitvi, v delu *Opis del in nalog* (točka II., 6. alineja) delodajalec zaposlenemu zapoveduje nenehno psihično in fizično pripravljenost, za kar v nadaljevanju (točka III., 2. odstavek) *zaposleni nase prevzema odgovornost disciplinske in odškodninske odgovornosti, nastale ob morebitni kršitvi delovne obveznosti*. Prav tako zaposlenega igralca *zavezuje dolžna skrb obveščati zavod o bistvenih okoliščinah, ki vplivajo oziroma bi lahko vplivale na izpolnjevanje njegovih pogodbenih obveznosti, posebej za vsako grozečo nevarnost za življenje ali zdravje ali za nastanek materialne škode, ki jo zazna pri delu* (točka XIV., 4. alineja) in iz točke XV. *zavezujoča dolžna skrb za svoje psihofizično počutje ter izogibanje*

¹⁴ Več o stresu na delovnem mestu: https://sl.wikipedia.org/wiki/Stres_na_delovnem_mestu [16. 6. 2018].

vsem športom in dejavnostim, ki bi ogrožale njegovo zdravje in možnost nastopanja in v nadaljevanju zaveza neukvarjanja s športi in dejavnostmi, ki so še posebej nevarne za zdravje oziroma poškodbe. Strošek omogočanja športne, kulturne ipd. dejavnosti zaposlenim je v primerjavi s stroški izostajanja z dela zaradi poškodb, bolezni in nezadovoljstva ob izpričano dobrem poslovnem rezultatu družbenega prihodka v zadnjih letih pri tem zanemarljiv. Prav tako se rekreativne dejavnosti kot dejavnosti utrjevanja zdravja izvajajo zgolj v prostem času zaposlenega in predvsem kažejo na skrben odnos delavca do lastnega zdravja, do opravljanega dela ter posledično do delodajalca, zato je izkazana značilnost delodajalčeve neosveščenosti o vrednotah in koristih zdravja zaposlenih predvsem posledica sistemske brezbržnosti, ki ima značilnosti izrazite negativne selektivne politike, škodljivih ravnanj in mestoma simptome kaznivega ravnanja. Z nespoštovanjem navedenega določila zato delodajalec ustvarja pogoje *nevarnosti spremenjenih bistvenih okoliščin, ki bi lahko vplivale na nastanek materialne škode*, kar se zrcali tudi v logičnem nezaupanju zaposlenih do delodajalca kot dolžnega skrbnika. Tovrstna negotovost pomeni dodatno nepotrebno raven negativnega stresa, ki neposredno vpliva na pojav in pogostost poškodb ter bolezni na delovnih mestih.

5. Sklepna beseda

Ureditev zdravstvene oskrbe na področju uprizoritvenih umetnosti je nujna za vse vanj zajete deležnike. Za ustvarjalce in strokovne sodelavce, zaposlene in samozaposlene. Ta mora vključevati vzpostavitev specialistične zdravstvene ambulante, ki bi ustrezno obravnavala spremembe zdravja vseh dejavnih in upokojenih delavcev v okviru gledališču lastnih umetniških in spremljajočih dejavnosti. Pomemben je sistematičen zajem evidentiranja motenj v delovanju organizma in njihovo opredelitev: poškodbe in bolezni, nastale zaradi opravljanja določenih del. Prav tako je nujno ovrednotenje vseh škodljivih vplivov na zdravje pri opredeljenih delovnih mestih in poklicih. Predvsem pa je nujno ozaveščanje o načinih varovanja zdravja in vseh škodljivih posledicah, ki jih zahteva opravljanje del na vseh delovnih mestih, vključenih v ustvarjalne procese.

Seznanjanje z dejstvi, podatki vodi k razumevanju lastnega položaja, lastne vrednosti in k dejavnemu zavzemanju za vzpostavljanje ter ohranjanje temeljnih človekovih pravic ter ustavne pravice do zdravja (točka 1. postindustrijske pravice), hkrati pa pomeni vedenje in znanje, ki sta popotnici k zdravju in boljšim razmeram v skupnosti.

ddr. Boris Mihalj, igravec,
lektorica Klasja Kovačič, 27. 10. 2018