



„Zdrowy pracownik Akademii”

Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu regionalnego Fundusze europejskie dla łódzkiego 2021-2027

ANSB 8/2025

Załącznik nr 5a

Wkład merytoryczny do szczegółowego opisu przedmiotu zamówienia

Przedmiot i cel zamówienia

Czynniki zawodowe, związane ze statycznym i dynamicznym przeciążeniem struktur układu mięśniowo-szkieletowego, odgrywają najistotniejszą rolę w pojawianiu się zespołów bólowych. Szczególną rolę w rozwoju dolegliwości bólów kręgosłupa odgrywa: wykonywanie czynności w jednej pozycji przez wiele godzin, wymuszona pozycja podczas pracy, niedostosowane stanowisko pracy, które wymusza pracę w niekorzystnych pozycjach, powtarzalne ruchy rąk i ramion, powtarzalne ruchy dłoni i ramion – wynikające z pisania na przytwierdzonych standardowo do ściany tablicach, pisanie na klawiaturze, posługiwanie się standardową myszką i klawiaturą co stanowi problem zarówno pracowników administracyjnych jak i dydaktycznych Akademii Nauk Stosowanych Stefana Batorego.

Najczęściej występujące dolegliwości mięśniowo-szkieletowe u pracowników biurowych i dydaktycznych zgłaszane przez pracowników ANSB podczas wywiadów w ramach diagnozy pogłębionej to dolegliwości w obszarach: kark/szyja, ramiona, łokcie, nadgarstki/ręce, górna część pleców, dolna część pleców, jedno lub oba uda/biodra, jedno lub oba kolana, jedna lub obie kostki/stopy. Badanie ortopedyczne jest istotnym elementem profilaktyki zdrowotnej, który może przyczynić się do poprawy jakości życia zawodowego pracowników administracyjnych i dydaktycznych, poprzez wczesną diagnostykę i profilaktykę prozdrowotną zapobiegającą wymogowi leczenia pogłębionych schorzeń oraz poprawę ergonomii pracy, co w efekcie wspiera ich zdolność do efektywnego i długotrwałego wykonywania obowiązków zawodowych. Przewidziano **badanie ortopedyczne (rozszerzone badanie wykraczające poza obowiązkowe badania okresowe z zakresu medycyny pracy)** dla każdego uczestnika projektu delegującego się z kadry dydaktycznej i administracyjnej ANSB tj. dla **70 osób**.

Przedmiotem zamówienia jest przeprowadzenie **szczegółowego badania ortopedycznego** dla 70 pracowników Akademii Nauk Stosowanych Stefana Batorego – zarówno administracyjnych, jak i dydaktycznych w ramach umowy o dofinansowanie nr FELD.08.04-IZ.00-0105/24 projektu „Zdrowy pracownik Akademii” realizowanego w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Łódzkiego 2021–2027 współfinansowanego przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu

„Zdrowy pracownik Akademii”

Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu regionalnego Fundusze europejskie dla łódzkiego 2021-2027

Społecznego Plus – w celu oceny stanu układu mięśniowo-szkieletowego, w szczególności kręgosłupa szyjnego i lędźwiowego oraz kończyn górnych i dolnych.

Badanie powinno mieć charakter **rozszerzony**, tj. wykraczający poza standardowe obowiązkowe badania okresowe z zakresu medycyny pracy, i uwzględniać specyfikę pracy biurowej i dydaktycznej, w której występują wyżej wymienione czynniki ryzyka.

Cel badania: poprawa jakości życia zawodowego poprzez wczesne wykrywanie i ograniczanie skutków przeciążeń układu mięśniowo-szkieletowego. Diagnostyka ortopedyczna ma na celu identyfikację najczęściej występujących dolegliwości związanych z pracą siedzącą i statyczną, lub w długo wymuszonej pozycji stojącej które były wskazane w przeprowadzonej diagnozie wewnętrznej ANSB i podjęcie działań prewencyjnych oraz terapeutycznych zwiększających komfort i wydajność pracy.

Przed przystąpieniem do realizacji wizyt, wybrany wykonawca przygotowuje **wstępną ankietę diagnostyczną** dotyczącą aktualnych dolegliwości mięśniowo-szkieletowych, ich lokalizacji, częstotliwości i nasilenia. Ankieta ta, opracowana przez specjalistę, zostanie przekazana uczestnikom projektu, do wypełnienia przed wizytą. Uczestnicy przystępują do wizyt z już wypełnioną ankietą.

Zakres badania ortopedycznego powinien obejmować:

1. **Wywiad indywidualny z pacjentem**, z uwzględnieniem historii chorób układu ruchu, objawów bólowych, przebytych urazów oraz rodzaju wykonywanej pracy. (z uwzględnieniem analizy ankiety diagnostycznej).
2. **Szczegółowe badanie ortopedyczne**, w tym:
 - ocena postawy ciała i zakresu ruchomości kręgosłupa (ze szczególnym uwzględnieniem odcinka szyjnego i lędźwiowego),
 - ocena funkcjonalna stawów obwodowych (ramiona, łokcie, nadgarstki, biodra, kolana, kostki), w tym ocena pod kontrolą USG stawów obwodowych (wymagany sprzęt zapewnia zleceniobiorca – wykonawca badania)
 - badanie palpacyjne i testy funkcjonalne w kierunku zespołów bólowych oraz przeciążeńiowych,
 - ocena napięcia mięśniowego i ewentualnych zaburzeń biomechanicznych.

„Zdrowy pracownik Akademii”

Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu regionalnego Fundusze europejskie dla łódzkiego 2021-2027

3. Wydanie indywidualnej opinii i zaleceń dla każdego uczestnika, w tym:

- wskazania do ewentualnej dalszej diagnostyki
- zalecenia dotyczące fizjoterapii, rehabilitacji lub konsultacji z innymi specjalistami – (sformułowane na piśmie) – w związku z realizacją w późniejszym etapie projektu spotkań z fizjoterapeutą
- rekomendacje ergonomiczne dotyczące stanowiska pracy

Lokalizacja

Badania będą przeprowadzone w siedzibie ANSB w **Skierniewicach** oraz w wyznaczonej placówce/gabiniecie w **Łodzi** w zależności od możliwości i preferencji uczestników.

Termin

Badania będą przeprowadzone w **październiku/ listopadzie 2025 roku**. Szczegółowy harmonogram wizyt zostanie ustalony na etapie podpisania umowy z wybranym Wykonawcą. Wizyty będą odbywały się w wybrane dni tygodnia (np. 2–3 dni w tygodniu), w ustalonych godzinach. W tym czasie uczestnicy projektu będą mieli możliwość zapisania się na wizytę w dogodnym dla siebie terminie.

Lista zapisanych uczestników musi zostać zamknięta nie później niż na 10 dni przed planowaną wizytą. Po tym terminie nie będą przyjmowane nowe zgłoszenia na dany dzień wizyt.

Wszystkie 70 osób musi być przebadane w wyznaczonych terminach.

Wykaz wykształcenia i doświadczenia zawodowego - Wymagania dotyczące wiedzy i doświadczenia lekarza ortopedy:

Lp.	Wymóg określony w zapytaniu ofertowym:	Opis wykształcenia i doświadczenia lekarza ortopedy:
1.	Wykształcenie wyższe ukończone studia medyczne (należy załączyć kopię dyplomu do oferty)	



„Zdrowy pracownik Akademii”

Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu regionalnego Fundusze europejskie dla łódzkiego 2021-2027

2.	Aktualne uprawnienia tj. 2.1 prawo wykonywania zawodu lekarza na terenie Rzeczypospolitej Polskiej, 2.2 tytuł specjalisty w dziedzinie ortopedii i traumatologii narządu ruchu (pełna specjalizacja, nie tylko w trakcie)	
3.	Doświadczenie minimum 5-letnie doświadczenie kliniczne w pracy jako lekarz ortopeda, 3.1 udokumentowane doświadczenie w diagnostyce i leczeniu schorzeń układu mięśniowo-szkieletowego, 3.2 doświadczenie w prowadzeniu badań ukierunkowanych na ocenę wpływu czynników zawodowych (statycznych i dynamicznych przeciążeń) na stan układu ruchu, w tym w pracy z pacjentami wykonującymi prace biurowe i dydaktyczne. (należy załączyć do oferty kopię np. świadectwa pracy/zaświadczenia od pracodawcy,	



„Zdrowy pracownik Akademii”

Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu regionalnego Fundusze europejskie dla łódzkiego 2021-2027

	referencji, umowy cywilno-prawnej, wydruku z CIDG lub KRS, lub inne dokumenty poświadczające doświadczenie zawodowe)	
4.	Udokumentowanie rozwoju kompetencji: Mile widziane ukończone dodatkowe kursy lub szkolenia z zakresu ergonomii pracy, medycyny pracy lub rehabilitacji medycznej (należy załączyć do oferty kopię certyfikatów/zaświadczeń)	

Ponadto lekarz ortopeda realizujący usługę powinien wykazać się **holistycznym podejściem** do pacjenta, zdolnością do komunikacji i przekazywania zaleceń w sposób zrozumiały, a także umiejętnością dostosowania diagnostyki do specyfiki stanowiska pracy i stylu życia zawodowego badanej osoby.

