



Kursplan för

## **Arbetsrelaterade besvär i rörelseorganen, 7.5 hp**

Work Related Musculoskeletal Disorders, 7.5 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2019.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

VT14 , VT16 , HT17 , HT19 , HT21 , HT23 , HT24

Kurskod	3AH019
Kursens benämning	Arbetsrelaterade besvär i rörelseorganen
Hp	7.5 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Arbete och hälsa
Nivå	AV - Avancerad nivå
Betygsskala	Väl godkänd, godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutet för miljömedicin
Beslutande organ	Programnämnd 5
Datum för fastställande	2013-09-23
Reviderad av	Utbildningsnämnden IMM
Senast reviderad	2019-03-07
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2019

### **Särskild behörighet**

Arbetsterapeut-, fysioterapeut- eller sjukgymnastexamen om 180 hp. Alternativt kandidatexamen i arbetsterapi, fysioterapi eller sjukgymnastik. Dessutom krävs Svenska B/Svenska 3 och Engelska A/Engelska 6 med lägst betyget godkänd/E.

### **Mål**

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

Avseende kunskaper och förståelse

- beskriva de grundläggande sambanden mellan arbetsrelaterad fysisk och psykosocial exponering och besvärsuppkomst i rörelseorganen,
- beskriva och diskutera hur psykosociala arbetsförhållanden, stress och kognitiv belastning påverkar arbetsprestation och besvär i rörelseorganen,
- redogöra för olika typer av exponering kopplade till arbetsrelaterade besvär i rörelseorganen,
- redogöra för biomekaniska principer inom belastningsergonomi,

Avseende färdigheter och förmåga

- identifiera och redogöra för belastningsrelaterade riskfaktorer i olika yrkesgrupper,
- utföra biomekaniska beräkningar,

Avseende värderingsförmåga och förhållningssätt

- reflektera över idag gällande teorier om skademekanismer och riskfaktorer för arbetsrelaterade besvär i rörelseorganen,
- reflektera över belastningsergonomiska och psykosociala faktorer betydelse för uppkomst och vidmakthållande av besvär i rörelseorganen,
- kritiskt diskutera forskning kring aktuella frågor gällande mekanismer och riskfaktorer för uppkomst av besvär i rörelseorganen.

## Innehåll

Kursen omfattar arbetsfysiologiska mekanismer, såsom energetisk belastning och lokala fysiska belastningar på rörelseorganen, samt akuta och långsiktiga effekter med avseende på fysisk prestationsförmåga och besvär i rörelseorganen. I kursen ingår tillämpning av biomekaniska principer inom belastningsergonomi. Kursen berör även teorier om hur psykosociala arbetsförhållanden, stress och kognitiv belastning påverkar arbetsprestation och besvär i rörelseorganen.

## Arbetsformer

Undervisningen utgörs av en kombination av distansutbildning och schemalagd campusundervisning. Undervisningsformerna vid campusundervisningen omfattar föreläsningar, seminarier, och grupparbeten. Distansundervisningen omfattar litteraturstudier, web-baserad undervisning, grupparbeten och enskilt arbete.

Vid campusundervisningen kan obligatorisk närvaro förekomma vid vissa undervisningsmoment.

## Examination

Examination sker genom individuell, skriftlig tentamen, skriftliga inlämningsuppgifter samt muntlig redovisning i seminarieform.

Betygsskalan är Underkänd/Godkänd/Väl godkänd.

För att få godkänt betyg krävs närvaro vid obligatoriska undervisningstillfällen. Kursansvarig bedömer om och i så fall hur frånvaro kan kompenseras. Innan student deltagit i obligatoriska undervisningstillfällen eller kompenserat frånvaro i enlighet med kursansvarigs anvisningar rapporteras inte studentens kursresultat i LADOK.

Om det föreligger särskilda skäl, eller behov av anpassning för student med funktionsnedsättning, får examinator fatta beslut om att frånga kursplanens föreskrifter om examinationsform, antal examinationstillfällen, möjlighet till komplettering eller undantag från obligatoriska utbildningsmoment, m.m. Innehåll och lärandemål samt nivån på förväntade färdigheter, kunskaper och förmågor får inte ändras, tas bort eller sänkas.

## Övergångsbestämmelser

Examination kommer att tillhandahållas under en tid av två år efter en eventuell nedläggning av kursen. Examination kan ske enligt tidigare litteraturlista under en tid av ett år efter den tidpunkt då en större förnyelse av litteraturlistan gjorts.

## Övriga föreskrifter

Kursutvärdering kommer att genomföras enligt de riktlinjer som är fastställda av Styrelsen för utbildning samt utifrån utvärderingsrutiner inom magisterprogrammet i arbete och hälsa.

## Litteratur och övriga läromedel

### Kurslitteratur

Ytterligare litteratur, i form av t.ex. vetenskapliga artiklar, föreskrifter, och rapporter kan tillkomma.

### *Obligatorisk litteratur*

#### **Arbetslivsfysiologi**

*Toomingas, Allan; Mathiassen, Svend Erik; Wigaeus Tornqvist, Ewa*

1. uppl. : Lund : Studentlitteratur, 2008 - 373 s.  
ISBN:978-91-44-04626-6 LIBRIS-ID:11200722

[Sök i biblioteket](#)

#### **Arbete och teknik på människans villkor**

*Bohgard, Mats*

2. uppl. : Stockholm : Prevent, 2011 - 740 s.  
ISBN:978-91-7365-110-3 (inb.) LIBRIS-ID:12237276

[Sök i biblioteket](#)

*Lundberg, Ulf; Wentz, Görel*

#### **Stressad hjärna, stressad kropp: Om sambanden mellan psykisk stress och kroppslig ohälsa**

Wahlström & Widstrand, 2010 - 220 s.  
ISBN:91-46-00054-2 LIBRIS-ID:12129367

[Sök i biblioteket](#)

*Heijne Wiktorin, Christina von; Nordin, Margareta*

#### **Tillämpad biomekanik**

2., [omarb.] uppl. : Lund : Studentlitteratur, 2012 - 292 s.  
ISBN:978-91-44-05713-2 LIBRIS-ID:12323542

[Sök i biblioteket](#)

#### **Arbetets betydelse för uppkomst av besvär och sjukdomar : nacken och övre rörelseapparaten. En systematisk litteraturöversikt**

*Edling, Christer*

Stockholm : Statens beredning för medicinsk utvärdering (SBU), 2012 - 721 s.  
ISBN:978-91-85413-48-5 LIBRIS-ID:13480678

URL: [Fulltext](#)

[Sök i biblioteket](#)

#### **Arbetsmiljöns betydelse för ryggsproblem : en systematisk litteraturöversikt**

Stockholm : Statens beredning för medicinsk utvärdering (SBU), 2014 - 643 s.  
ISBN:9789185413683 LIBRIS-ID:17388347

URL: [Fulltext](#)

[Sök i biblioteket](#)

## **Fördjupningslitteratur**

*Melin, Bo*

### **Experimentell och epidemiologisk forskning : relationen psykosocial exponering, stress, psykisk belastning, muskelaktivitet och värk i nacke-skuldra**

Göteborg : Institutionen för medicin, 2008 - 47 s.

ISBN:978-91-85971-07-7 LIBRIS-ID:11233432

URL: <http://hdl.handle.net/2077/18925>

[Sök i biblioteket](#)

*Nordin, Margareta.; Andersson, Gunnar; Pope, M. H.*

### **Musculoskeletal disorders in the workplace : principles and practice**

2. ed. : Philadelphia : Mosby Elsevier, cop. 2007 - xiii, 428 p.

ISBN:978-0-323-02622-2 LIBRIS-ID:11911783

[Sök i biblioteket](#)

### **Effekter av fysisk träning vid olika sjukdomstillstånd**

*Svantesson, Ulla; Dahlström, Annette*

Stockholm : SISU idrottsböcker, 2007 - 183 s.

ISBN:978-91-85433-16-2 LIBRIS-ID:10353321

[Sök i biblioteket](#)

*Johansson, Håkan*

### **Chronic work-related myalgia :b neuromuscular mechanisms behind work-related chronic muscle pain syndromes**

Gävle : Gävle Univ. Press, cop. 2003 - xii, 310 s.

ISBN:91-974948-0-1 LIBRIS-ID:9288857

[Sök i biblioteket](#)

*Hägg, Göran M.*

### **Handintensivt arbete : en belastningsergonomisk kunskapsöversikt gällande människans kapacitet och interaktion med verktyg och arbetsuppgifter**

Stockholm : Arbetslivsinstitutet, 2001 - 87 s.

ISBN:91-7045-606-2 LIBRIS-ID:7595543

URL: [Fulltext](#)

[Sök i biblioteket](#)

*Hellberg, Annika*

### **Vibrationer i arbetet : hur du minskar risken för skador**

1. uppl. : Solna : Arbetsmiljöverket, 2005 - 138 s.

ISBN:91-7464-457-2 LIBRIS-ID:9995612

[Sök i biblioteket](#)

### **Basic biomechanics of the musculoskeletal system**

*Nordin, Margareta; Frankel, Victor H.*

4. ed. : Philadelphia : Wolter Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins, cop. 2012 - xvi, 454 s.

ISBN:9781451117097 LIBRIS-ID:13520085

[Sök i biblioteket](#)