



Sveriges lantbruksuniversitet
Swedish University of Agricultural Sciences

Institutionen för anatomi, fysiologi och
biokemi

Arbetsrelaterade skador hos svenska ridlärare

Working related injuries for Swedish riding instructors

Sofie Nilsson & Gabriella Brunn Ramstedt

Examensarbete • 15 hp

Hippolog - kandidatprogram

Examensarbete på kandidatnivå, K143

Enheten för hippologutbildning

Uppsala 2022

Arbetsrelaterade skador hos svenska ridlärare

Working related injuries for Swedish riding instructors

Handledare: Gabriella Thorell, SLU, Strömsholm
Examinator: Karin Morgan, SLU/ Ridskolan Strömsholm

Omfattning: 15 hp
Nivå och fördjupning: Grundnivå, G2E
Kurstitel: Examensarbete i hippologi
Kurskod: EX0497
Program/utbildning: Hippolog - kandidatprogram

Utgivningsort: Uppsala
Utgivningsår: 2022
Serietitel: Examensarbete på kandidatnivå
Delnummer i serien: K143
Elektronisk publicering: <https://stud.epsilon.slu.se>

Nyckelord: ridsport, arbetsmiljö, hållbarhet, ergonomi

Sveriges lantbruksuniversitet
Swedish University of Agricultural Sciences

Fakulteten för veterinärmedicin och husdjursvetenskap
Institutionen för anatomi, fysiologi och biokemi
Enheten för hippologutbildning

INNEHÅLL

| | |
|--|-----------|
| ABSTRACT | 4 |
| WORKING RELATED INJURIES FOR SWEDISH RIDING INSTRUCTORS..... | 4 |
| INTRODUKTION | 4 |
| PROBLEM..... | 5 |
| SYFTE | 6 |
| FRÅGESTÄLLNINGAR | 6 |
| BAKGRUND | 6 |
| UTBILDNINGAR FÖR RIDLÄRARE | 6 |
| KVALITETSMÄRKT RIDSKOLA | 7 |
| TIDIGARE FORSKNING | 7 |
| MATERIAL OCH METODER | 8 |
| RESULTAT | 9 |
| RIDLÄRARNAS UTBILDNING | 9 |
| STALLARBETE INOM RIDLÄRARYRKET | 10 |
| ARBETSMOMENT OCH SKADOR INOM RIDLÄRARYRKET | 11 |
| DISKUSSION | 12 |
| RIDLÄRARNAS UTBILDNING OCH ARBETSRELATERADE SKADOR | 12 |
| ARBETSMOMENT SOM KAN LEDA TILL SKADOR SAMT SMÄRTA OCH VÄRK | 13 |
| SKADOR INOM RIDLÄRARYRKET | 14 |
| MATERIAL OCH METOD | 15 |
| SLUTSATS..... | 15 |
| SAMMANFATTNING | 15 |
| REFERENSER | 16 |
| LITTERATUR..... | 16 |
| INTERNET | 17 |
| BILAGOR | 19 |
| BILAGA 1. ENKÄT | 19 |

ABSTRACT

Working related injuries for Swedish riding instructors.

Each year the horse industry in Sweden has an annual turnover of SEK 72 billion and 38 000 people work with horses. A report from the Swedish work environment authority in 2018 showed that knowledge about working environment in the horse industry is inadequate. Work-related injuries and accidents in the industry may cause serious consequences and the working environment for riding instructors is relatively unexplored. A lot of people are working as riding instructors. The aim of the study was to investigate if there was an association between the education of the instructors and the occurrence of work-related injuries and accidents. A secondary aim was to investigate whether there was work tasks that occur higher risks of injuries.

A questionnaire formulated in Google Forms was sent out to 138 riding schools in different parts of Sweden. The contents of the study concerned questions about tasks, education of the riding instructor and number of years in the profession. The questionnaire also examined the occurrence of work-related accidents associated with horse-riding and recurrent physical pain. The result of the study showed that a large part of the riding instructors who participated in the study had varying tasks where there was often riding, handling of horses and work in the stable included. Mucking out boxes seemed to occur recurrent musculoskeletal symptoms in the neck and shoulder area. The conclusion was that riding and horse handling imply higher risks of accidents. There was no association between a higher level of education of the riding instructor and the occurrence of injuries or accidents.

INTRODUKTION

Den svenska hästnäringen omsätter varje år omkring 72 miljarder kronor och 38 000 personer arbetar med hästar (Svenska ridsportsförbundet 2018). Hästnäringen bidrar med 0.5% av BNP (Svenska ridsportsförbundet 2018). I Sverige finns idag omkring 900 ridklubbar varav 450 av dessa bedriver ridskoleverksamhet. Utbildade ridlärare efterfrågas i stor utsträckning. Ridsporten är den tredje största ungdomsidrotten i Sverige och mer än en halv miljon personer är involverade i ridsporten (Svenska ridsportsförbundet 2018). I snitt finns två och en halv ridlärare per ridskola i Sverige och deras arbetsrutiner varierar ofta (Svenska ridsportförbundet 2017). Oregelbundna arbetstider, ofta kvällar samt helger där en stor del av arbetet utförs rent fysiskt i stallarbete, hästskötsel och annat. Arbetet i stall kan vara riskfyllt där arbetsrelaterade skador samt olyckor är vanligt (Löfqvist 2012). I statistik från Arbetsmiljöverkets rapport går det att läsa att år 2004 anmäldes 398 arbetsolyckor och 224 sjukdomar kopplat till arbetet inom jordbruksnäringen (Arbetsmiljöverket 2005; Pinzke & Löfqvist 2009). År 2002 finns det i liknande statistik från Arbetsmiljöverket information om att 334 arbetsrelaterade olyckor rapporterats där djur varit orsaken till olyckan. Hästar är det djur som oftast förekommer i de anmälda olyckorna (Arbetsmiljöverket 2014). Hästar är flyktdjur med starka instinkter och kan reagera snabbt, vilket medför riskfyllda konsekvenser som kan leda till skador vid hantering och ridning (Svenska Ridsportförbundet 2018). En säker anläggning och arbetsmiljö är därför viktigt för att minska riskerna vid arbete med hästar (Chapman & Thompson 2016).

En rapport från Jordbruksverket visar på att mellan åren 1998-2001 rapporterades antalet skador i samband med ridning och hästhantering till totalt 13 000 stycken (Jordbruksverket 2005). Av dessa är nio av tio kvinnor och en tredjedel av dessa olyckor har skett på ridskola. Denna rapport visar att ridning är den mest skadedrabbade sporten i Sverige. De vanligaste olyckorna är fall från häst, sparkskador samt att bli trampad (Jordbruksverket 2005). Även muskel- och skelettbesvär är vanligt förekommande inom lantbruket och hästnäringen. Förslitningsskador kopplat till tungt fysiskt arbete och belastningsskador (Pinzke & Löfqvist 2009). Av dessa arbetsrelaterade belastningsskador framkommer det att hos ridlärare är det vanligt förekommande med smärta i nacke och rygg (Pinzke & Löfqvist 2009).

Arbetsmiljöverket genomförde inspektioner hos cirka 520 arbetsgivare inom hästnäringen mellan februari 2016 och november 2017. Detta gjordes som en uppföljning på den tillsynsinsats kring unga i arbete som utfördes året innan, då omfattande brister upptäckts. Inspektionerna resulterade i att det på 49 % av de besökta arbetsplatserna konstaterades brister i arbetsmiljön (Arbetsmiljöverket 2018). Det konstaterades också att hästnäringens egen syn på arbetsmiljöarbete måste förändras för att kunna utveckla bättre arbetsförhållanden i branschen (Arbetsmiljöverket 2018). Stallarbetet på ridskolor sker i regel manuellt, där tunga lyft ofta förekommer frekvent under en arbetsdag (Löfquist 2012). Mekaniseringen inom hästbranschen är jämfört med jordbruket mycket låg. Exempel på tunga lyft eller fysiskt krävande arbete i oergonomisk ställning är mockning av stall, bära vattenhinkar, fodersäckar, ta på eller av täcken, lyfta hinder och bommar i manegen (Löfquist 2012). Även att ridlärare ofta undervisar många timmar ståendes som kan leda till ryggbesvär samt värk i axlar och nacke (Tissot et al. 2005).

Arbetet i stall utförs oftast av kvinnor och arbetsredskapen är ofta anpassade för män och deras kroppar. Kvinnor är ofta kortare än män med bland annat mindre händer vilket leder till att räckvidden minskar vid arbetet och arbetsbelastningen blir högre (Pinzke 1996). Att arbeta ergonomiskt i kontakt med hästar och stallarbete är viktigt men ofta saknas det utbildning hos ridlärare inom detta område (Löfquist 2012). Upprepade felaktiga lyft i samband med det vardagliga arbetet kan leda till problem i rygg och ländrygg (Tissot et al. 2005). Även moment där sneda och vridna arbetsställningar förekommer i samband med hästskötsel där exempelvis att rykta eller lägga på täcken är en stor del (Tissot et al. 2005). Detta kan leda till problem med nacke, axlar eller övre del av ryggen. Ridlärare utsätts dagligen för en ökad risk för arbetsrelaterade belastningsskador men även akuta olyckor i samband med hästhantering eller ridning (Tissot et al. 2005). Studier har även visat att de ridlärare som motionerar själva utanför arbetet har en minskad risk för att utveckla muskuloskeletal skador och värk i kroppen (Löfquist 2012). Det finns även studier som visar att arbete i kalla klimat kan ha en ökad risk för ledgångsreumatism (Zeng et al. 2017). Många ridlärare i Sverige undervisar under stor del av året i kyliga ridhus (Bang et al. 2005). Det finns även studier gjorda på arbetsmiljö i fisk- och skaldjursbranschen som visar att kyla påverkar kroppen negativt och leder till en sämre arbetsmiljö (Bang et al. 2005).

Problem

Arbetsmiljöverkets rapport visade att skador från hästnäringen kan leda till allvarliga konsekvenser, ofta med långa sjukskrivningar. Inspektioner visade att hästverksamhet i vissa fall betraktas som hobby mer än en arbetsplats. Vetenskapliga artiklar angående hästrelaterade skador i allmänhet finns. En stor del anställda inom hästnäringen arbetar

som ridlärare och förekomsten av sjukskrivningar kopplat till arbetsrelaterade skador samt förebyggande åtgärder är ännu relativt outforskat. Kunskapen kring ridlärarens utbildningsnivå kopplat till arbetsrelaterade skador är låg.

Syfte

Syftet är att kartlägga förekomsten av skador och sjukskrivningar hos yrkesverksamma ridlärare på svenska ridskolor.

Frågeställningar

Finns det ett samband mellan ridlärarnas utbildningsnivå kopplat till arbetsrelaterade skador?

Vilka arbetsmoment inom ridläraryrket kan orsaka arbetsrelaterade skador som leder till sjukskrivning eller återkommande smärta?

BAKGRUND

Varje år anordnar Svenska Ridsportförbundet yrkesprov för cirka 70 ridlärare. Många av de yrkesverksamma ridlärarna runt om i landet har genomgått någon av ridlärarutbildningarna som genom sin bredd med praktiska och teoretiska moment ska förbereda för yrket. Utbildningarna innehåller delar som belyser arbetsmiljö, ergonomi och säker hästhantering. (Svenska ridsportförbundet 2017)

Utbildningar för ridlärare

Svenska ridsportförbundet samverkar med Hästsportens folkhögskola och erbjuder utbildningar både för blivande ridlärare och redan verksamma ridlärare som vill vidareutbilda sig (Svenska Ridsportsförbundet 2018). Svensk ridlärare, SRL, är en utbildning som finns i tre nivåer och innehåller praktiska och teoretiska moment inom pedagogik, undervisningsmetodik, hästkunskap och ridning (Hästsportens folkhögskola 2018). Utbildningarna förbereder för att kommande yrkesprov för respektive nivå, där deltagarna testas på de olika teoretiska och praktiska delarna. För att bli diplomerad ridlärare måste godkänt yrkesprov erläggas (Hästsportens folkhögskola 2018). Från och med 1 januari 2018 måste ridlärare även delta i fortbildning varje år för att få publiceras som diplomerad ridlärare på Svenska ridsportförbundets hemsida (Svenska ridsportsförbundet 2017).

Hippologprogrammet, vid Sveriges Lantbruksuniversitet, är Sveriges enda universitetsutbildning som fokuserar på hästsport. Många av hippologstudenterna väljer att söka sig till ridläraryrket efter examen. Utbildningen är tre år och förlagd på Sveriges tre riksanställningar Strömsholm, Flyinge och Wången. Utbildningen innehåller både teoretisk och praktisk undervisning, där säkerhet kring hästhantering och ridning samt ergonomi ingår i några av kursmålen. Studenterna får fördjupade kunskaper inom många olika områden som exempelvis hästens beteende, pedagogik och ledarskap, ridkonst och hästhantering. Studenterna har också under år två och tre arbetsplatsförlagd utbildning, där möjlighet att samla ytterligare erfarenheter och kunskap ges. Målsättningen är att genom utbildningen förbereda för professionellt arbete inom hästnäringen. Sista året finns det möjlighet att gå ridlärarinriktning och få fördjupa sig ytterligare i pedagogik

och ridskoleverksamhet. Utbildningen ska även vara förberedande för att kunna göra yrkesprov för SRL 2 under år tre. (SLU 2018)
Kunskapskraven kring detta är högre för SRL 2 och SRL 3 (Svenska ridsportsförbundet 2012).

Kvalitetsmärkt ridskola

För att kvalitetssäkra och stärka ridsportens och ridskolans roll i samhället tog Svenska Ridsportsförbundet fram en kvalitetsmärkning som började gälla 2014. Svenska Ridsportsförbundet värnar om en god arbetsmiljö för yrkesverksamma ridlärare. En kvalitetsmärkt ridskola uppfyller krav på följande områden: föreningspolicy, styrdokument, miljöpolicy, verksamhetsinriktning, aktiv ungdomsverksamhet, förebyggande säkerhetsarbete, aktuell krisplan, regelbunden LABC/HLR utbildning, systematiskt miljöarbete och en stor del utbildade ridlärare. Skylten för "kvalitetsmärkt ridskola" sätts upp på ridskolor som uppfyller kriterierna som tagits fram för detta. Förbundet har besöksgrupper som gör inspektioner och bedömer ridskolorna efter ett speciellt framtaget protokoll. (Svenska ridsportsförbundet 2018)

Tidigare forskning

Det svenska ridskolesystemet är väl utvecklat och ridläraryrket förkommer inte på samma sätt i så många andra länder, vilket leder till att det finns få internationella studier som är kopplade till arbetsmiljön för ridlärare och på ridskolor. För att få ett internationellt perspektiv har internationella studier om arbetsmiljö för andra yrkesgrupper inom hästnäringen tagits med.

Ur ett internationellt perspektiv anses sparkar från häst att vara ett av de största riskmomenten vid hästhantering. En spark från en häst kan i kraft mätas upp mot ett ton, det gör ofta stor skada. Vanliga skador efter sparkar är frakturer samt skador på vitala organ. En spark som träffar huvudet kan i vissa fall leda till döden. Ridsporten har i studier visat sig ha högst antal dödsfall och kan därmed betraktas som en av de farligaste sporterna. Studien var mycket omfattande och pågick under 10 år och syftet var att se om det gick att urskilja ett mönster bland skador kopplat till ridsporten. Resultatet visade att de vanligaste skadorna drabbade huvud samt överkroppen men även skador på tår och fötter efter trampskador. Den vanligaste orsaken till skador var fall från häst. I genomsnitt fanns ett dödsfall per år där fall från häst var orsaken. Skillnaden ur ett internationellt perspektiv är att majoriteten av de skadade deltagarna var män. I Sverige dominerar sporten av kvinnor. (Hughes et al. 1995)

En studie gjord i Australien år 2002 visade att omkring 30 miljoner människor är aktiva inom ridsporten och galoppsporten. Syftet med studien var att ta reda på riskfaktorer vid hantering och ridning med hästar där olika orsaker till skador studerades. Författarna studerade 231 hästrelaterade skador, där patienterna arbetade professionellt med hästar. Resultatet visade att majoriteten av alla skador skedde i samband med fall från häst. Det fanns inget samband mellan ålder eller kön hos de drabbade. De flesta av de skadade arbetade som jockey eller ryttare med främst galopphästar. Det fanns även två registrerade dödsfall under dessa år. Majoriteten av de registrerade skadorna var frakturer, hjärnskakning samt smärta i axlar, nacke och huvud. (Abu-Zidan & Sudhakar, 2002)

Ball et al. (2007) beskrev ridning som en av de farligaste sporterna i världen med många olika riskfaktorer. Resultatet från deras studie visade att det vanligaste riskmomentet är fall från häst under ridning, därefter sparkar vid hantering av häst. Av dessa skador var huvud, bröst, rygg och axlar det vanligaste områden där personerna behövde akut vård (Ball et al. 2007). Ett flertal personer som hade råkat ut för en akut olycka i samband med ridning, var övertygade om att olyckorna hade kunnat undvikas men att hästarnas flyktinstinkt har varit orsaken till olyckorna (Bixby-Hammett 1989). Hjälms och säkerhetsväst är viktig säkerhetsutrustning inte användes av alla ryttare dagligen. Studier visar att många skador hade kunnat förebyggas med hjälp av dessa (Bixby-Hammett 1990). I tävlingsgrenen fälttävlan förekommer oftare fall som leder till akuta skador än vid annan ridning (Thompson 2014). Vid tävling och träning av terränghoppning, som är ett delmoment i grenen, är säkerhetsväst och hjälm obligatoriskt att bära, för att på så vis minska skadorna (Svenska ridsportförbundet 2019). Riskerna med fälttävlan anses vara upp till 70 gånger högre än vid andra tävlingsgrenar inom hästsporten (Thompson 2014).

Riskerna med hantering av hästar och ridning är många och ämnet är relativt outforskat. Det finns flera aspekter att ta hänsyn till vid riskbedömning (Bixby-Hammett 2006). Hästarna är alla olika med olika personligheter, omgivningen, ryttaren eller människan som hanterar hästen samt hur olika situationer uppstår är några av dessa som påverkar antalet skador och olyckor i samband med hästar (Thompson et al. 2015).

MATERIAL OCH METODER

Studien är kvantitativ och utfördes genom en enkät skapad med Google Formulär som skickades ut till 138 slumpmässigt utvalda ridskolor som är anslutna till Svenska ridsportförbundet. Ridskolorna lottades slumpmässigt ut i de olika distrikten. Ridskolorna var fördelade mellan de 19 ridsportdistrikten för att få geografisk spridning. I de större och ridskoletätare distrikten skickades enkäten ut till fler ridskolor än i de mindre distrikten (Se tabell 1). En pilotstudie gjordes på en ridskola som inte ingick i studien, där ridlärarna fick svara på enkäten och ge kritik. En pilotstudie görs för att pröva den aktuella undersökningsmetoden på en grupp som motsvarar den grupp som senare ska ingå i studien (Patel & Davidson 2011).

Tabell 1. Tabellen visar hur ridskolorna dit enkäten skickades var fördelade mellan distrikten.

| Distrikt | Antal ridskolor i distriktet som enkäten skickades ut till |
|-----------------------|--|
| Blekinge | 6 st |
| Dalarna | 9 st |
| Gotland | 3 st |
| Gävleborg | 9 st |
| Göteborg och Bohuslän | 7 st |
| Halland | 7 st |
| Mittsvenska | 7 st |
| Norrbottnens | 8 st |
| Skåne | 11 st |
| Småland | 8 st |
| Stockholm | 8 st |
| Södermanland | 6 st |

| | |
|---------------|-------|
| Uppland | 7 st |
| Värmland | 6 st |
| Västerbotten | 6 st |
| Västergötland | 6 st |
| Västmanland | 6 st |
| Örebro | 7 st |
| Östergötland | 11 st |

De 16 frågorna i enkäten var samma för alla som svarade och för varje fråga fanns givna svarsalternativ att välja mellan, se bilaga 1. En enkät med endast fasta svarsalternativ är helt standardiserad och strukturerad och lämnar inget utrymme för egna eller utvecklade svar (Patel & Davidson 2011). Enkäten innehöll fyra frågor där endast ett svar var tillåtet och 12 stycken där det var möjligt att välja mer än ett svarsalternativ. Mejl med länk till enkäten skickades ut 26/1-19 och svar samlades in till och med 13/2-19. Mejlen skickades i de flesta fall till ridskolechefer och administrativt ansvariga som ombedes vidarebefordra meddelandet till alla som höll lektioner på ridskolan. I mejlet presenterades enkätens innehåll och syfte. I enkätens presentation informerades om att personer som svarar och vilka ridskolor de arbetar på behandlas anonymt. Studien var anonym på grund av att skador som lett till sjukskrivningar kan vara känslig information.

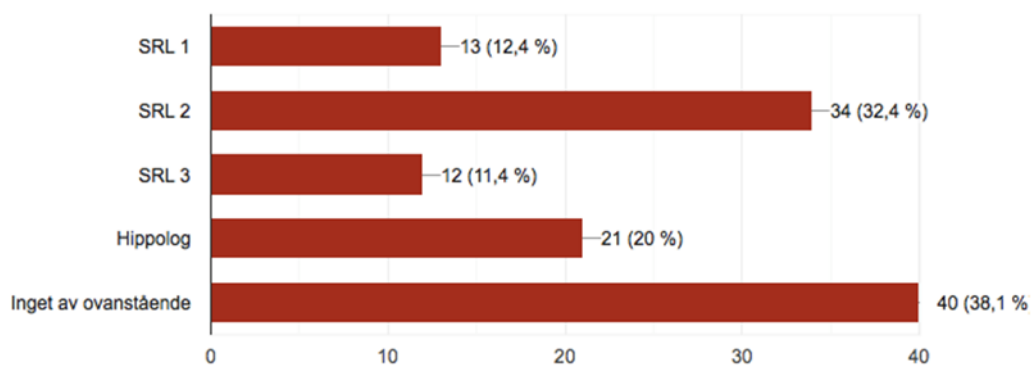
Svaren från enkäten staplades upp och sparades i ett excel dokument. Som statistisk metod för att undersöka samband i studien användes Chi2 test på de insamlade svaren. Chi2 testet användes för att se om det fanns några signifikanta skillnader i svarsfrekvenserna. Ett Chi2 test är en matematisk metod inom hypotesprövning som analyserar data och prövar om frekvenserna av olika utfall liknar hypotesen om en viss sannolikhetsfördelning (Patel & Davidson 2011).

RESULTAT

I denna enkätundersökning samlades 107 svar från ridlärare in. Övervägande del, 97 %, av de som svarade var kvinnor. Största delen av de som svarat, 80 %, var i åldrarna 19-50 år. Antal år i branschen var varierande, 30 % hade 20 års erfarenhet eller mer och resterande var utspridda från 0 till 20 års erfarenhet. En stor del, 71%, arbetade mer än 30 timmar på ridskola i veckan och övriga hade arbete på ridskola 1-30 timmar per vecka.

Ridlärarnas utbildning

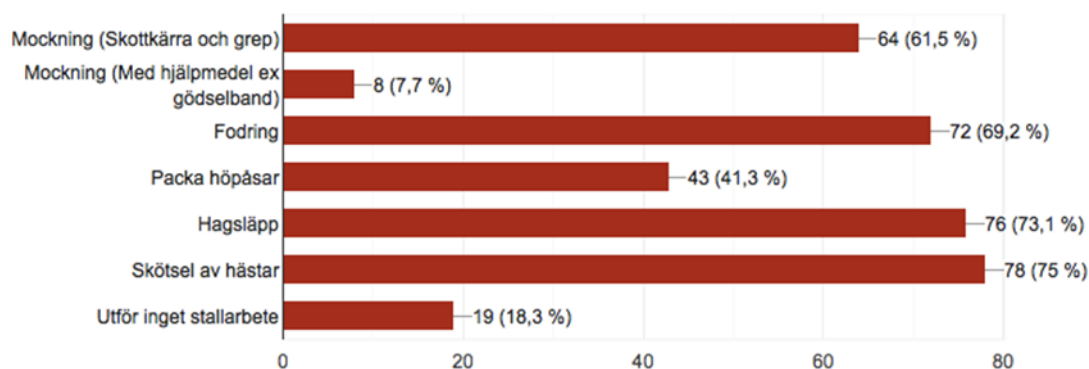
Ridlärarna fick svara på vad de hade för eventuell utbildning. Svarsalternativen var svensk ridlärare level 1, 2, 3 eller hippolog. Om de inte hade någon av dessa utbildningar så kunde de välja svarsalternativet ”inget av ovanstående”. Totalt var det 56,2 % som angav att de hade någon av svensk ridlärare utbildningarna och 20 % som hade gått hippologutbildningen. En stor andel, 38,1 %, svarade att de inte hade någon av ovanstående utbildningar. (Se figur 1) Av de som svarade att de inte hade någon av ovanstående utbildningar var 48 % över 40 år.



Figur 1. Figuren visar fördelningen av utbildningar som ridlärarna hade. SRL står för Svensk Ridlärare Level.

Stallarbeta inom ridläraryrket

Ridlärarna fick besvara frågan vilka moment i stallarbetet som de utförde kontinuerligt i sin tjänst. Svartalternativen var mockning med kärra och grep, mockning med hjälpmedel som exempelvis gödselband, packa höpåsar, fodring, hagsläpp och skötsel av hästar. Om de inte utförde något stallarbete så fanns även det som svartalternativ. De vanligaste momenten i stallarbetet som över 70 % av ridlärarna uppgav att de utförde var skötsel av hästar och hagsläpp. Även fodring och traditionell mockning var vanligt. Packa höpåsar och mockning med hjälpmedel var de minst förekommande momenten. Av ridlärarna som svarade så var de 18,3 % som inte utförde något stallarbete. (Se figur 2)



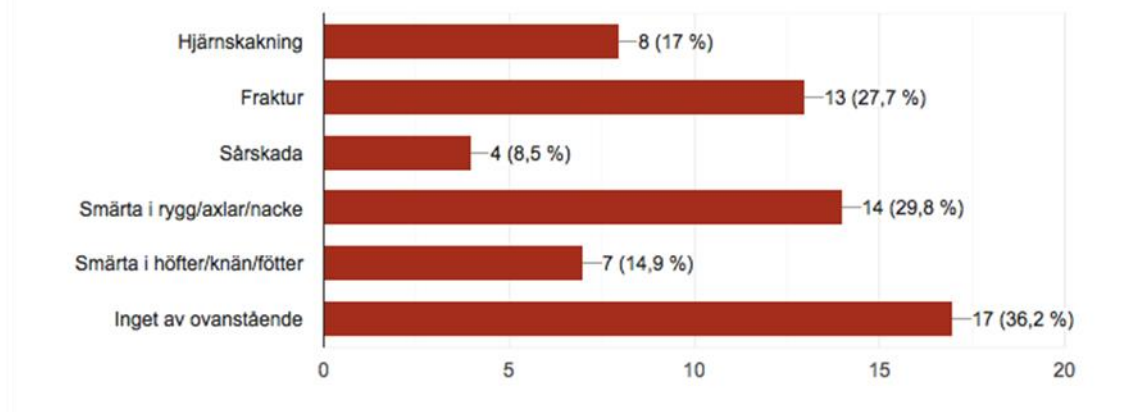
Figur 2. Diagrammet visar vilka arbetsuppgifter i stallet som ridlärarna uppgav att de utförde kontinuerligt.

Totalt var det 69,9 % av ridlärarna som hade stallarbete i sin tjänst. Det fanns ingen tydlig koppling mellan de olika utbildningsnivåerna för ridlärare och om de utförde stallarbete. Av ridlärarna med SRL 1 hade 86 % stallarbete, av de med SRL 2 hade 64 % stallarbete och av SRL 3 ridlärare hade 92 % stallarbete. Av de som inte hade någon av utbildningarna som efterfrågades hade 70 % tjänster som innehöll stallarbete.

Arbetsmoment och skador inom ridläraryrket

Frågor kring vilka moment och uppgifter ridlärarna utförde under sin arbetstid fanns i enkäten. För 81 % av de som svarade på enkäten ingick ridning i deras tjänst. Av dessa hade största delen, 71,8 %, 0-5 timmar ridning per vecka och totalt 11,7 % red mer än 5 timmar per vecka. En liten andel av ridlärarna, 4 %, uppgav att de red mer än 10 h per vecka. Ridlärarna fick även besvara om de hade varit sjukskrivna i mer än fem dagar på grund av skada som skett på/ eller orsakats av arbetet, vilket totalt 27,4 % uppgav att de varit vid ett eller flera tillfällen. Av dessa hade 40 % någon gång varit sjukskrivna på grund av avramling. Det var totalt 27,4 % som uppgav att de hade skadat sig på arbetet så att de varit sjukskrivna i mer än fem dagar vid ett eller flera tillfällen. I 51,4 % av fallen skedde skadan i samband med hästhantering och i 34,3 % av fallen var den orsakad av avramling. Förslitningsskador och stallarbete var mer sällan orsaken till sjukskrivning med 20% respektive 11,4 % av fallen. Av de som svarat att de varit med om en skada/olycka som orsakat sjukskrivning hade övervägande del, 90 %, ridning som en del av sin tjänst. För de som inte varit sjukskrivna hade 76 % ridning i sin tjänst. (Se figur 3)

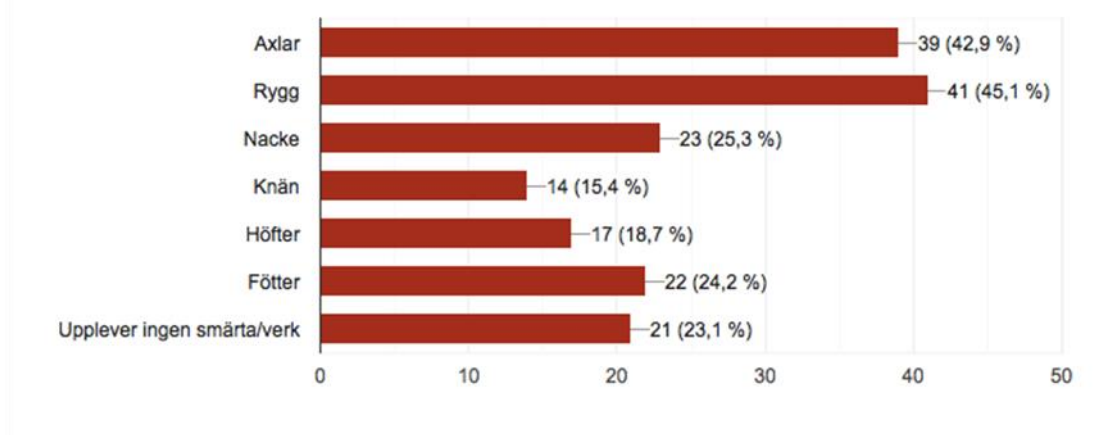
Av de som hade mockning i sin tjänst var det 47 % som senare i enkäten också uppgav att de hade återkommande smärta/värk i axlarna och 41 % i ryggen. Endast 11 % av de som hade mockning i sin tjänst hade sedan uppgett att de inte upplevde någon återkommande smärta/värk. Av de som inte utförde något stallarbete var det 21 % som hade smärta/värk i axlar och/eller rygg och 32 % upplevde inte någon smärta eller värk. Det gick inte att genom chi2 test se ett samband mellan utbildningsnivå och förekomsten av skador ($p=0,063$).



Figur 3. Diagrammet visar vilken typ av skada som orsakat sjukskrivning för ridlärarna. Av de valbara skadorna var de vanligaste fraktur och smärta i rygg/axlar/nacke.

Skadefrekvensen var i denna studie högre för de med högre utbildningsnivå. Av de som uppgett att de inte hade någon av de nämnda utbildningarna var det 17,5 % som råkat ut för en arbetsskada som ledde till sjukskrivning i minst 5 dagar, av de med SRL 1 var det 38 % som skadat sig, av SRL 2 29% och hippologer 33%. Utbildningsnivån med mest skador var SRL 3 där 66 % uppgett att de varit skadade vid ett eller flera tillfällen.

I enkäten fick de besvara om de upplevde återkommande smärta eller värk i någon av angivna kroppsdelar. Vanligast var det med smärta eller värk i rygg och axlar (45,1 % respektive 42,9 %) men det förekom även i nacke (25,3 %), knän (15,4 %), höfter (18,7 %) och fötter. Knän var den kroppsdel som ridlärarna upplevde minst smärta eller värk i. (Se figur 4)



Figur 4. Diagrammet visar var ridlärarna upplever återkommande smärta/värk. De vanligaste svaren var rygg och axlar.

Ridlärarna fick även svara på vilken eller vilka platser de håller sina lektioner. Flest svar, 69,8 % fick isolerat ridhus, utomhus svarade 60,4 % och oisolerat ridhus 42,5 %. En större andel av de som svarat att de hade lektioner i oisolerat ridhus hade återkommande smärta/värk i axlar (48 %) och rygg (49 %) jämfört mer de som hade lektioner i isolerat ridhus (30 % resp. 31 %). Andelen som uppgav att de inte upplevde någon smärta/värk var för de som höll lektioner i isolerat ridhus 21 % och för oisolerat ridhus 16 %.

Det var 59,5 % av ridlärarna som arbetade på en kvalitetsmärkt ridskola, 33 % som inte gjorde det och 7,5 % som inte visste om ridskolan de arbetade på var kvalitetsmärkt. Det fanns ingen koppling till att de ridlärare som arbetade på en kvalitetsmärkt ridskola i lägre utsträckning drabbats av skador.

DISKUSSION

Ridlärarnas utbildning och arbetsrelaterade skador

Arbetet som ridlärare kräver ett stort ansvar över andra människors säkerhet och en viktig del i arbetet är att lära ut säker hästhållning. Hästar är flyktdjur och reagerar

instinktivt och snabbt. Detta gör att utöver ansvaret för andra människors säkerhet är ridläraren även ansvarig för sin egen säkerhet. I denna studie var majoriteten av deltagarna kvinnor i åldrarna 19-50 år och antalet års erfarenhet varierade. Även deltagarnas utbildning varierar. Av deltagarna som var över 40 år saknade 48% någon av de utbildningarna som angavs, vilket i stället kan peka på att de har flera års erfarenhet av yrket. Det är dock okänt om deltagarna som angivit att de saknar någon av ovanstående utbildningar har någon tidigare utbildning som ej är angiven. Tidigare utbildningar kan exempelvis vara biträdande ridinstruktör samt diplomerad ridinstruktör. Dessa utbildningar motsvarar i dagens utbildningssystem hos svenska ridsportsförbundet svensk ridlärare level 1 och svensk ridlärare level 2. Det finns inte några samband gällande att en lägre utbildning skulle resultera i fler skador. Detta kan tyda på att många års erfarenhet av yrkesrollen spelar en roll för hur deltagarna kan läsa av hästarna i olika situationer och undvika olyckor. En kompetensbeskrivning från Hästsportens folkhögskola för svensk ridlärare level 2 som 38,2% av ridlärarna angav att de hade är bland annat att ridlärarna på ett professionellt sätt arbetar säkert kring all hästhantering och ridning. Vidare finns information i kompetensbeskrivningen att som svensk ridlärare level 2 bör ridlärarna kunna läsa av hästarnas beteende och reaktioner, ha en lämplig klädsel för arbetet vilket direkt kan kopplas till säker hästhantering samt att kunna arbeta ekonomiskt och ergonomiskt. Hur stor del av utbildningarna som fokuserar på dessa områden är svårt att avgöra på grund av att det är relativt låg insyn i de praktiska delarna i utbildningarna på Hippologprogrammet och svensk ridlärare level 2. Sveriges ridskolesystem är unikt i världen vilket gör att det kan vara svårt att jämföra internationellt men skulle vara nyttigt för att eventuellt kunna nå större utveckling av yrkesrollen samt hitta förebyggande åtgärder för att minska antalet arbetsrelaterade belastningsskador och olyckor. I rapporten från Arbetsmiljöverket år 2018 beskrivs hästnäringen som mycket olycksdrabbad och synen på yrket behöver förändras. Huruvida rapporten berör ridskolor eller övrig verksamhet kring hästutbildning eller tävling framkommer inte. Arbetsförhållandena i rapporten beskrivs mer som en hobbyverksamhet och kunskapen kring arbetsmiljön är låg. I rapporten skulle det vara intressant att identifiera medelålder och utbildning hos personalen som granskats för att vidare kunna avgöra om det finns något samband hos utbildning hos personal inom hästnäringen och antalet arbetsrelaterade skador.

Arbetsmoment som kan leda till skador samt smärta och värk

Av deltagarna i denna studie svarade 69.9% att de hade någon form av stallarbete i sin tjänst. Inte heller här fanns det något samband där en högre utbildning skulle resultera i mindre stalltjänst. Fyrtiosju procent av de som angivit att de hade mockning med skottkärra och grep med i sin tjänst uppgav senare att de upplevde smärta och värk i nacke/axlar/rygg. Mekaniseringen i stall är i jämförelse med jordbruk och lantbruk låg och många ridskolor driver verksamheten på anläggningar som är relativt gamla (Pinzke 1996). Arbetsredskapen vid stallarbetet ser i regel ut som det gjorde för 100 år sedan. Mockning med skottkärra och grep är vanligast förekommande i denna studie (Pinzke 1996). Arbetsredskapen är enligt Pinzke (1996) utformade och anpassade för en normalvuxen mans storlek, vilket påverkar den ergonomiska aspekten när en kvinna arbetar med dessa redskap. Storleken på grepar och skottkärror är därför inte anpassade efter en kvinna. Även andra moment i stalltjänsten kan vara ergonomiskt krävande. Olika typer av mekanisering av stallarbete kan vara kostsamt för ridskolor med ansträngd ekonomi att bekosta. Idag finns det redskap på marknaden som underlättar stallarbetet och påfrestningen på kroppen som kan drabba de som arbetar. Mockning

med hjälp av gödselband, gödselvagnar som töms med maskin, permanentbäddar i boxarna samt olika typer av strömmaterial kan underlätta arbetet för personal på de olika ridskolorna. Även olika inhysningssystem som lösdrift eller aktiv grupphästhållning kan minska arbetsbelastningen på personalen och kan förhoppningsvis börja användas mer i framtiden. Av deltagarna i studien har 75% skötsel av ridskolans hästar med i sin tjänst och 73% har hagsläpp med. Hantering och skötsel av hästarna kan betraktas som ett riskmoment där risken för sparkar, trampskador och frakturer ökar (Bixby-Hammett 2006). Hästar är även vanedjur vilket gör att det är viktigt vid arbetet med hästar att det finns en väl framtagen hästpolicy. Detta kan leda till att hästarna blir mer harmoniska om de får samma rutiner dagligen. I denna studie framgår det inte om någon hästpolicy finns på samtliga ridskolor. Av de ridlärare som deltagit i studien och som i arbetet har skadat sig så att de blivit sjukskrivna i mer än fem dagar, vid ett eller flera tillfällen var 51.4% i samband med hästhantering.

Ett annat riskmoment gällande arbetsrelaterade skador som ledde till sjukskrivning i denna studie var ridning i tjänsten. Arbetsmiljöverket rapporterar år 2018 om samma sak. För 81 % av deltagarna ingick ridning i deras tjänst. Det vanligaste enligt svaren från enkäten var 0-5 timmars ridning per vecka. Av de ridlärare som angivit att de har med än 10 h ridning per vecka i sin tjänst hade 40% någon gång blivit sjukskrivna på grund av avramling. Det är svårt att avgöra vilka faktorer som leder till avramlingar och det är någonting som kan vara svårt att förebygga. Något som kan vara en orsak kan vara att ridlärarna ofta får utbilda nya hästar till ridskolan och rider sällan på de hästar som är utbildade och arbetar fullt i verksamheten. Även ridning av hästar som under en tid har varit konvalescenter kan vara en orsak till avramlingar där hästar som vilat under en period och ska sättas i gång kan ha mycket energi. Vid ridning och utbildning av nya hästar på en ridskola kan även kunskap kring den aktuella hästens beteende saknas och därför leda till riskfyllda situationer. Det finns inget samband mellan ridlärarnas utbildning och antalet avramlingar i tjänsten.

Skador inom ridläraryrket

Antalet timmar som ridlärarna har spenderat i ridhuset framkommer inte i denna studie men 60,4% av deltagarna uppgav att de genomför sin undervisning utomhus. Det var 42,5% som uppgav att de genomför sin undervisning i ett oisolerat ridhus. Resultatet visar att de som arbetar i oisolerade ridhus i högre grad upplever återkommande smärta och värk i axlar och rygg i jämförelse med de som arbetar i isolerade ridhus. Arbete i kyla under en stor del av året leder till större påfrestning på kroppen (Zeng et al. 2017). Att arbeta stående är även en aspekt att betrakta. Ridlärarnas fysiska förutsättningar är i denna studie okänt. Tidigare studier har visat att ridlärare som tränar regelbundet utanför arbetet upplever mindre smärta och värk i kroppen i jämförelse med de som inte tränar någonting (Löfquist 2012).

De fysiska besvär som i denna studie har beskrivits i samband till ridläraryrket kan på lång sikt ge upphov till att män och kvinnor arbetar kortare inom yrket för att sedan byta arbete. En mekanisering av stallarbetet skulle kunna minska ridlärarnas fysiska besvär och förbättra ridlärarnas arbetsmiljö. En god arbetsmiljö kan i sin tur leda till att ridlärare stannar längre inom yrket. De fysiska besvären med återkommande värk går dock inte helt att utesluta från tidigare skador. Enligt denna enkätstudie visar resultatet att det största riskmomentet med hästar är avfallningar. Ridlärare har i regel ridit i många år själva utanför sin yrkesroll vilket i sin tur kan medföra att de någon gång har

trillat av. Av avfallningar ges störst skadestatistik i rygg, axlar och nacke (Bixby-Hammett 2006).

Vid olyckor på ridskolor rekommenderas enligt Bixby-Hammett (2006) att tillbudsrapporter ska skrivas. Syftet är att kartlägga riskfyllda moment. Tillbudsrapporter kan vara ett bra sätt att på en specifik arbetsplats försöka se ett samband kring olyckor som gäller personal eller elever. Riskfyllda moment vid ridning eller hästhantering kan på så vis undvikas om ett tydligt samband finns kring ett specifikt moment eller enskild häst som individ. Med hjälp av tillbudsrapporter kan det även undersökas huruvida de olika situationerna uppfyller hästens behov av att exempelvis vara i sin flock och i en trygg miljö för att undvika flyktbeteende.

Material och metod

Enkäten skickades ut till 138 ridskolor fördelade på alla distrikt i landet vilket var en fördel för att få en bred geografisk spridning på resultatet och därmed en heltäckande bild. Då enkäten var anonym så går det dock inte att säkerställa att resultatet visar önskad spridning. Metoden enkätstudie valdes för att kunna studera ett större antal ridlärare än vad exempelvis en intervjustudie hade kunnat göra. Dock innebar det att utvecklade svar kring skadorna och olyckorna inte var möjliga att få fram. Frågorna i enkäten var även samtliga med givna svarsalternativ, vilket också gör att informationen blir mindre nyanserad. Att enkäten var i digital form och gick snabbt att svara på genom att följa en länk i ett mejl gjorde att den var lätt för ridlärarna att göra. Validiteten och reliabiliteten av studien påverkades av att det var svårt att säkerställa att enkäten nådde ut till alla ridskolor samt om det enbart var ridlärare som besvarade enkäten. Detta på grund av att det ofta saknas kontaktinformation till ridlärarna på ridskolornas hemsidor och mejlet först fick gå genom ridskolechefer eller andra administrativt ansvariga.

Slutsats

Studiens resultat visade inte på något samband mellan ridlärarnas utbildningsnivå och förekomsten av arbetsrelaterade skador och olyckor. Hästhantering och ridning är de arbetsmoment som innebär störst risk för arbetsrelaterade skador, där avramlingar är den främsta skadeorsaken. Stallarbete bidrar till en ökad förekomst av smärta och värk hos ridlärarna.

SAMMANFATTNING

Hästnäringen i Sverige omsätter årligen 72 miljarder kronor och 38 000 personer arbetar med hästar. Kunskapen om arbetsmiljö inom hästnäringen är bristfällig visar en rapport från arbetsmiljöverket år 2018. Arbetsrelaterade skador och olyckor inom branschen kan leda till långa sjukskrivningar med allvarliga konsekvenser. En stor del av arbetstillfällena finns på Sveriges ridskolor. Forskningsläget inom arbetsmiljö hos ridlärare är relativt utforskat. Syftet var att kartlägga förekomsten av skador och sjukskrivningar hos yrkesverksamma ridlärare på svenska ridskolor. Samt att undersöka om det fanns arbetsmoment inom yrket som i högre grad bidrar till skador.

En enkät formulerad i Google Formulär skickades ut till 138 ridskolor i Sverige med geografisk spridning. Innehållet i enkäten berörde frågor kring arbetsuppgifter, ridlärarens ålder och utbildning, antalet verksamma år inom yrket samt kring återkommande fysiska besvär. Enkäten undersökte även förekomsten av arbetsrelaterade

olyckor i samband med hästhantering eller ridning. Resultatet visade en spridning av åldrar, utbildning samt antal år inom branschen. Det fanns ingen koppling mellan ridlärarnas utbildningsnivå och förekomsten av skador eller olyckor. En stor del av ridlärarna som deltog i studien hade varierande arbetsuppgifter där det ofta förekom hästhantering och stallarbete i tjänsten. Av de ridlärare som uppgav att de även arbetade i stallet syntes en koppling mellan mockning i tjänsten och smärta i axlar och nacke. Av de ridlärare som uppgav att de red mer än 10 timmar per arbetsvecka i sin tjänst hade 41% varit sjukskrivna i mer än fem dagar på grund av avfallning från häst. Av alla sjukskrivningar som ledde till mer än fem dagar sjukskrivning var 51% i samband med hästhantering.

Arbetsbelastningen vid mockning med skottkärria och grep kan ge upphov till smärta och värk hos ridlärare. Arbetsredskapen som krävs för att utföra detta arbete är i regel anpassad efter män. Majoriteten av deltagarna i denna studie är kvinnor. Mer forskning inom detta område krävs för att kunna avgöra redskapen och arbetsuppgifternas påverkan på ridlärarnas fysiska hälsa samt för att med större trovärdighet kunna föreslå förebyggande åtgärder i ridlärares arbetsmiljö.

REFERENSER

Litteratur

Abu-Zidan, F. M. and Sudhakar, R. (2002). Factors Affecting the Severity of Horse-related Injuries. *Department of Surgery, Faculty of Medicine and Health Sciences*, vol. 34, ss. 897-900.

Ball, C. G., Ball, J. E., Kirkpatrick, A. W. and Mulloy, R. H. (2007). Equestrian injuries: incidence, injury patterns and risk factors for 10 years of major traumatic injuries. *American Journal of Surgery*, vol. 5, ss. 636-640.

Bang, B. E., Aasmoe, L., Aardal, L., Andorsen, G. S., Bjornbakk, A. K., Egeness, C., Espejord, I. and Kramvik, E. (2005). Feeling cold at work increases the risk of symptoms from muscles skin and airways in seafood industry workers. *American Journal of Industrial Medicine*, vol. 1, ss. 65-71.

Bixby-Hammett, D. M. and Brooks, W. H. (1990). Common injuries in horseback riding. *Sports Medicine*, vol. 1, ss. 36-47.

Bixby-Hammett, D. M. (2006). Horse-related injuries and deaths in North Carolina, 1995-1999. *North Carolina of Medical Journal*, vol. 2, ss. 161-162.

Chapman, M. and Thompson, K. R. (2016). Preventing and Investigating Horse-Related Human Injury and Fatality in Work and Non-Work Equestrian Environments: A Consideration of the Workplace Health and Safety Framework. *Animals*, vol. 6, ss. 33.

Hughes, K. M., Falcone, R. E., Price, J. and Witkoff, M. (1995). Equestrian-related trauma. *The American Journal of Emergency Medicine*, vol. 13, ss. 485-487.

Löfquist, L. (2012). *Physical Workload and Musculoskeletal Symptoms in the Human-Horse Work Environment. Department of Work Science, Business Economics and Environmental Psychology, Swedish University of Agricultural Sciences.*

Löfquist, L., Pinzke, S., Stål, M. and Lundqvist, P. (2009). Riding Instructors, Their Musculoskeletal Health and Working Conditions. *Journal of Agricultural Safety and Health*, vol. 15, ss. 241-254.

Patel R. och Davidson B. (2011). *Forskningsmetodikens grunder*. Studentlitteratur AB, Lund, s. 76

Pinzke, S. (1996). *Musculoskeletal Disorders and Methods for Studying Working Postures in Agriculture. Department of Agricultural Biosystems and Technology, Swedish University of Agricultural Sciences.*

Thompson. K. R. (2014). Over-riding concerns: Developing safe relations in the high-risk interspecies sport of eventing. *International Review for the Sociology of Sport*, vol. 1, ss. 1-17.

Thompson. K. R., McGreevy. F. D. and McManus. P. (2015). A Critical Review of Horse-Related Risk: A Research Agenda for Safer Mounts, Riders and Equestrian Cultures. *Animals*, vol. 5, ss. 561-575.

Tissot, F., Messing, K. and Stock, S. (2005). Standing, sitting and associated working conditions in the Quebec population in 1998. *Ergonomics*, vol 3, ss. 249-269.

Zeng. X., Trask. C. and Kociolek. A. M. (2017). Whole-body vibration exposure of occupational horseback riding in agriculture: A ranching example. *American Journal of Industrial Medicine*, vol 60, ss. 215-220.

Internet

Arbetsmiljöverket (2018) *Projektrapport hästnäringen*. (Projektrapport, 2016/053355) Tillgänglig: <https://www.av.se/globalassets/filer/nyheter/2016-053355-projektrapport-hastnaringen.pdf>

Arbetsmiljöverket (2012) *Arbetsmiljöverkets föreskrifter och allmänna råd om belastningsergonomi*. Stockholm. (AFS 2012:2) Tillgänglig: HYP

Arbetsmiljöverket (2012) *Arbetsmiljöverkets föreskrifter om minderårigas arbetsmiljö och allmänna råd om tillämpningen av föreskrifterna*. (AFS 2012:3). Tillgänglig: <https://www.av.se/globalassets/filer/publikationer/foreskrifter/minderarigas-arbetsmiljo-foreskrifter-afs2012-3.pdf> [2019-04-04]

SLU (2018) *Hippologprogrammet*. Tillgänglig: <https://www.slu.se/institutioner/hippologutbildning/utbildning/> [2018-10-02]

Svenska Ridsportförbundet (2017) *Statistik och kortfakta om ridsport*. Tillgänglig: <http://www.ridsport.se/Svensk-Ridsport/Statistik/> [2018-09-27]

Svenska Ridsportförbundet (2017) *Årlig fortbildning för ridlärare*. Tillgänglig: <http://www.ridsport.se/Utbildning/Nyheter/2017/07-09/ArligfortbildningforRidlarare/> [2018-09-28]

Svenska ridsportförbundet, ridskolor kvalitetsmärkning Tillgänglig 2019: http://www.ridsport.se/ImageVaultFiles/id_52996/cf_559/Plakett_KVALITETSM-RKT_RIDSKOLA_2.PDF [2019-09-27]

Svenska ridsportförbundet (2012) *Kompetensbeskrivning För svensk Ridlärare II- SRL II*. Tillgänglig: http://www.ridsport.se/ImageVaultFiles/id_16720/cf_559/SRL_II.PDF [2019-03-19]

Svenska ridsportförbundet (2018) *Hästnäringen omsätter mer än 72 miljarder*. Tillgänglig: http://www.ridsport.se/Svensk-Ridsport/Nyheter/2018/11/Hastnaringenomsattermeran72miljarder/?fbclid=IwAR315oEutCvODQII4Jct2JedJokhchwtVciZiqmd_YPZf5S-A0A_XuiGMxQ [2019-04-04]

BILAGOR

Bilaga 1. Enkät

Enkäten gjordes i Google formulär och besvarades digitalt.

Ridlärarens arbetsmiljö- Arbetsrelaterade skador

Vi är två hippologstudenter som gör ett examensarbete om ridlärarens arbetsmiljö och skulle bli väldigt glada om du vill ta dig tiden att svara på vår enkät. Du och din ridskola kommer behandlas anonymt i enkäten. Dina svar är mycket betydelsefulla för vårt arbete! Tack på förhand :)

Kön

- Man
- Kvinna

Ålder

- 18 år eller yngre
- 19-30 år
- 31-40 år
- 41-50 år
- 51-60 år
- 61 år eller äldre

Antal år i branschen

- 0-5
- 5-10
- 10-15
- 15-20
- 20 eller mer

Utbildning (flera svar möjliga)

- SRL 1
- SRL 2
- SRL 3
- Hippolog
- Inget av ovanstående

Arbetstimmar på ridskola per vecka

- 1-10 h/vecka
- 10-20 h/vecka
- 20-30 h /vecka
- 30-40 h/vecka

Plats där du håller lektioner (flera svar möjliga)

- Ridhus (oisolerat)
- Ridhus (isolerat)
- Utomhus

Ingår stallarbete i din tjänst?

- Ja
- Nej

Vilka arbetsuppgifter utför du kontinuerligt i stallet? (flera svar möjliga)

- Mockning (skottkärra och grep)
- Mockning (med hjälpmedel ex gödselband)
- Fodring
- Packa höpåsar
- Hagsläpp
- Skötsel av hästar
- Utför inget stallarbete

Ingår ridning av ridskolehästar i din tjänst?

- Ja
- Nej

Om ja, hur många timmar rider du per vecka?

- 0-5 h/vecka
- 5-10 h/vecka
- Mer än 10 h/vecka
- Rider ej

Ingår kontorsarbete i din tjänst?

- Ja
- Nej

Har du råkat ut för en skada/olycka på arbetet som lett till sjukskrivning i minst fem dagar?

- Ja, vid ett tillfälle
- Ja, vid mer än ett tillfälle
- Nej

I vilket sammanhang skedde skadan/olyckan? (flera svar möjliga)

- Avramling
- Hästhantering
- Förslitningsskada
- Stallarbete
- Annat

Vilken/vilka typ av skada/olycka har orsakat sjukskrivning? (flera svar möjliga)

- Hjärnskakning
- Fraktur
- Sårskada
- Smärta i rygg/axlar/nacke
- Smärta i höfter/knän/fötter
- Inget av ovanstående

Upplever du återkommande smärta/verk i någon/några av följande kroppsdelar? (flera svar möjliga)

- Axlar
- Rygg
- Nacke
- Knän
- Höfter
- Fötter
- Upplever ingen smärta/verk

Har ridskolan du arbetar på Svenska Ridsportförbundets kvalitetsmärkning?

- Ja
- Nej

