

## **Advies opvolging pilot steptest PPMO**

### **Voorstel:**

Het LOBA wordt voorgesteld om:

1. Voor de periode 1 januari 2021 – 31 december 2022 als test voor energetische piekbelasting de steptest alsmede de traplooptest (vaste trap) vast te stellen.
2. Opdracht te geven aan de RCDV om te onderzoeken op welke wijze een toekomstbestendig periodiek medisch onderzoek met betrekking tot de duurzame inzetbaarheid van brandweermensen tot stand kan komen.

### **Context en aanleiding**

Het Periodiek Preventief Medisch Onderzoek (PPMO) is het instrument waarmee de fysieke belastbaarheid van repressief brandweerpersoneel wordt gemeten. In een in 2006 gepubliceerd vooronderzoek door het Coronel Instituut voor Arbeid en Gezondheid heeft men 14 bijzondere functie-eisen voor repressief brandweerpersoneel vastgesteld. Eén van de bijzondere functie-eisen, de energetische piekbelasting, wordt o.a. met een traplooptest gemeten. De traplooptest kan zowel op een fysieke trap als op een trapsimulator (de stairmaster) worden uitgevoerd. Naast energetische piekbelasting is de oorspronkelijke traplooptest ook bedoeld om te bepalen of brandweermensen ook voldoen aan de bijzondere functie-eis 'klimmen/klauteren'.

In de vergadering van het LOBA van 8 mei 2018 is de evaluatie van het PPMO besproken. Eén van de vervolgtacties die naar aanleiding van de evaluatie is vastgesteld, is een verkenning of de traplooptest is te vervangen door een alternatief. Daarnaast is in de evaluatie van het PPMO geconcludeerd dat het PPMO weer meer terug moet naar waar het voor bedoeld is, namelijk als (periodiek) preventief medisch onderzoek. Het PPMO is een medisch onderzoek dat wordt aangeboden en uitgevoerd zonder dat er sprake is van een concrete gezondheidsklacht of van een indicatie voor een gezondheidsrisico- of probleem, waarmee een medewerker en werkgever ook met elkaar het gesprek hebben om de gesteldheid en de fitheid van de medewerker te volgen en vooruit te kijken in het kader van duurzame inzetbaarheid. Daarnaast stelt het PPMO vast of de medewerker geschikt is zijn/haar taak uit te oefenen.

### **Stepptest**

In de LOBA vergadering van 27 november 2019 is afgesproken om een pilot te starten met een steptest.

De voorgestelde test is de Memorial Hospital Steptest (MHS), een gevalideerde testmethode voor energetische piekbelasting. Deze test bestaat uit het op- en afstappen van een stapbankje met een vaste hoogte van 25,4 cm voor zowel mannen als vrouwen. De test wordt uitgevoerd in sportkleding en duurt 11 minuten.

Onderstaande criteria waren van belang om te kiezen voor de Memorial Hospital Steptest als test voor energetische piekbelasting:

- het gaat om een gevalideerde testmethode;
- de energetische piekbelasting kan worden bepaald;
- het past binnen het tijdsbestek van het huidige protocol van het PPMO;
- de uitvoering van de test is voor iedereen gelijk en goed uitvoerbaar (man/vrouw, jong/oud, en divers fysiek gestel);
- het stepbankje brengt nauwelijks kosten met zich mee;
- er is geen risico rondom levering en onderhoud (zoals nu met de stairmaster);
- er voor de deelnemers geen problemen (fysieke ongemak, blessures of onveiligheid) te verwachten zijn met de uitvoering ervan.

### *Energetische piekbelasting: aerob of anaerob?*

Er zijn twee wijzen waarop een energetische piekbelasting kan worden bepaald, namelijk anaerob of aerob.

Een anaerobe test staat voor een explosieve actie waarbij het lichaam in een korte periode heel snel energie moet produceren zonder dat daarbij zuurstof nodig is. De huidige traplooptest is een voorbeeld van een anaerobe test, maar test onvoldoende het aerobe piekvermogen. Er zijn echter geen alternatieve tests in dit spectrum die passend zijn als functionele test voor de brandweer.

Een aerobe test voor energetisch piekvermogen heeft een lagere intensiteit, maar een langere duur en is geschikt om de aerobe fitheid van een persoon te meten. Omdat het brandweervak vaak een combinatie is van anaerob en aerob vermogen, wordt in de ons omringende landen een (sub)maximale inspanningstest toegepast om de fitheid van brandweermensen vast te stellen. Dit sluit mogelijk meer aan bij een van de doelstellingen van PPMO: het monitoren van de voortgang van de loopbaan bij de brandweer, op basis van een periodieke fitheidstest. De Memorial Hospital Steptest is een aerobe sub-maximale inspanningstest.

### **Opzet pilot**

Gedurende minimaal drie maanden is onderzocht of de steptest praktisch toepasbaar is voor de brandweer en of de keuringsarts het resultaat kan meenemen in het advies. Daarnaast is de pilotperiode bedoeld om draagvlak te creëren bij de organisatoren en deelnemers.

Vier regio's hebben meegedaan aan deze pilot: Zeeland, Zuid-Limburg, Gelderland-Midden en Groningen. Zij zijn in de periode februari – april 2020 gestart met de pilot. De pilot is even onderbroken geweest door de COVID-19 crisis en het stilleggen van PPMO. Met de opstart van PPMO, is ook de pilot weer vervolgd.

Gedurende de pilotperiode is de traplooptest en/of stairmaster als onderdeel van het PPMO in deze regio's vervangen door de steptest. De steptest kon alleen worden uitgevoerd door eigen personeel van de betreffende regio en was uitdrukkelijk niet bedoeld voor personeel van andere veiligheidsregio's.

### **Evaluatiegesprekken**

De pilot is in de zomer van 2020 afgesloten met een evaluatiegesprek per regio. Elk gesprek bestond uit deelnemers vanuit de regio, vertegenwoordigers uit het LOBA en Brandweer Nederland. De steptest wordt als implementeerbaar beschouwd als elk gesprek tot een positief oordeel leidt. Op basis van deze vier gesprekken formuleert de begeleidingsgroep PPMO een advies aan het LOBA.

Besproken is of:

- *De steptest de keuringsarts en de organisatie net als voorheen een maat geeft om de deelnemer te kunnen adviseren over zijn/haar geschiktheid met betrekking tot de energetische piekbelastingseis.*

De steptest biedt de keuringsarts een middel om een uitspraak te doen over de conditie van de deelnemer.

De betrokken keuringsartsen geven een divers beeld over de steptest als het gaat om de interpretatie van de uitkomsten. Daarbij is een aandachtspunt dat de berekeningsformule die wordt toegepast een beeld geeft van de conditie van de deelnemer die niet geheel overeenkomt met het overige conditionele beeld. De brandweermens scoort over het algemeen slecht in deze formule. Van belang is dat er een berekening en referentiewaarden worden bepaald voor de doelgroep. Daarmee geeft de uitslag een beter beeld van de conditie en de ontwikkeling van de conditie over de jaren heen.

- *De test goed uitvoerbaar is binnen de praktische organisatie van het PPMO.*

De uitvoerbaarheid van de test is door de pilotregio's goed bevonden. Het is een makkelijk te organiseren testonderdeel dat voor de brandbestrijdingsbaan wordt uitgevoerd.

- *De uitvoering van de test veilig is voor deelnemers en begeleiders.*  
Er zijn geen ongelukken geweest tijdens de pilot. De uitvoering van de steptest is zodanig dat de kans op ongelukken buitengewoon gering is. Het feit dat de test in de uitvoering eenvoudig is, maak ook dat deelnemers er niet tegenop zien om de test uit te voeren. Ook dat vergroot de veiligheid.

### **Beschouwing op de pilot**

De begeleidingsgroep PPMO heeft op 30 september met elkaar gesproken hoe zij het vervolg ziet op basis van de uitkomsten van de pilot met de steptest.

De deelnemers aan de pilot zijn overwegend positief over de steptest, variërend per regio tussen de 82 en 95 % tevredenheid. Een enkeling geeft aan dat dit testonderdeel wat te licht is.

Bij de keuze voor de steptest is uitgebreid gediscussieerd over het feit of nu een aerobe of anaerobe belasting moet worden gemeten. Die discussie blijft ook nu weer terugkomen. Het brandweerwerk kenmerkt zich zowel door duurinspanning als een snelle piekbelasting, daarmee is de discussie dus niet geslecht. Zoals eerder in deze notitie is beschreven, is er geen passende functionele test voor een piekinspanning gevonden.

Uit een inventarisatie blijken de PPMO coördinatoren verdeeld te zijn in hun opvatting over de staimaster.

Het blijkt ingewikkeld om nu met een gedragen advies te komen voor het testonderdeel voor energetische piekbelasting dat voor langere tijd past bij het brandweervak.

Daarom kiest de begeleidingsgroep om op een korte en lange termijn spoor in te zetten.

#### *Korte termijn spoor*

Voor een periode van (vooralsnog) twee jaar wordt de mogelijkheid geboden om per regio te kiezen tussen de traplooptest (fysieke trap) of de steptest. De staimastertest wordt niet meer aangeboden als alternatief. De directie maakt in overleg met de OR de keuze wat in de regio het best passend is. Deze regionale keuze geldt uitdrukkelijk alleen voor dit korte termijn spoor. Randvoorwaarde hierbij is het beschikbaar komen van de eerder benoemde berekening en referentiewaarden. De vraag over de verbetering van dit instrumentarium staat nog uit. Een professionele keuringsarts zou ook zonder deze berekening tot een goede inschatting van de inzetbaarheid van de brandweermensen moeten kunnen komen.

Dit spoor biedt regio's de ruimte om PPMO in een tijdelijkheid aan te passen op de regionale setting en wensen. Dat de traplooptest en de steptest niet hetzelfde meten is een feit, maar het biedt een pragmatische oplossing die ook voor rust zorgt in de regio's.

Daarbij is het goed te weten dat de piekbelasting ook door de meeste deelnemers wordt gehaald op de uitvoering van de brandbestrijdingsbaan.

#### *Lange termijn spoor*

Het onderzoek van het Coronel Instituut dat ten grondslag ligt aan de ontwikkeling van PPMO en de werkzaamheden van de brandweermensen weergeeft, is bijna 20 jaar oud. Het brandweervak is volop in ontwikkeling, taakdifferentiatie is een mogelijke (noodgedwongen) oplossing om te gaan voldoen aan Europese regelgeving. Ook vanuit regio's is er behoefte om meer te kunnen variëren met de inzetbaarheid van de brandweermensen en dus ook met zijn/haar kwalificaties.

In de evaluatie van PPMO en de gesprekken die de afgelopen periode zijn gevoerd, blijkt ook de aanstellingskeuring toe is aan een herziening.

Voorgesteld wordt om opdracht te geven om een onderzoeksopzet te beschrijven die als vertrekpunt kan dienen voor een actuele en toekomstbestendige visie op de duurzame inzetbaarheid van brandweermensen, op basis waarvan een herijking en differentiatie van de brandweerkeuring en aanstellingskeuring kan plaatsvinden. Het richtpunt is dat een eventueel nieuwe werkwijze per 1 januari 2023 kan worden ingevoerd.