

بررسی اختلالات اسکلتی عضلانی به روش ROSA در بین کارکنان اداری پردیس ۱ دانشگاه علوم پزشکی ایلام و اجرای

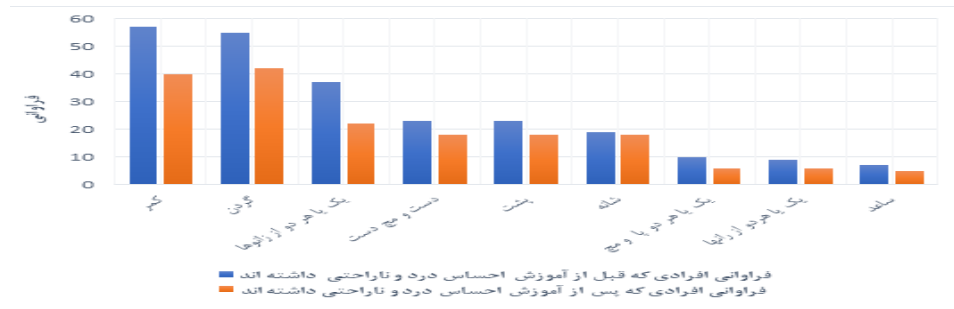
برنامه آموزشی

علی محمد عباسی، سارا بهمنی پور، مینا رحیمی، زهرا رشیدی، حجت صیادی



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی ایلام

یافته ها و نتیجه گیری: در این مطالعه میانگین سنی افراد برابر ۳۹/۱۴ و میانگین سابقه کاری افراد برابر ۱۱/۴۹ بود. طبق یافته های بدست آمده از پرسشنامه نوردیک مشخص شد در یک سال گذشته آسیب های اسکلتی عضلانی در نواحی کمر، گردن، شانه، زانو و دست و مچ دست نسبت به سایر اندام های بدن بیشتر بوده است و نتایج ارزیابی به روش ROSA نشان داد که بیشترین تعداد افراد در سطوح ارگونومیکی با خطر کم (امتیاز ROSA کمتر از ۵) و از افراد در سطح ارگونومیکی با خطر بالا (امتیاز ROSA بالاتر از ۵) قرار داشتند. همچنین نتایج نشان میدهد ریسک ابتلا به اختلالات اسکلتی-عضلانی در زنان بیشتر از مردان است و اجرای برنامه آموزش ارگونومی در کاهش اختلالات اسکلتی عضلانی تاثیر گذار می باشد.



از جمله راهکارهای پیشنهادی نیز می توان به افزایش آگاهی شاغلین در رابطه با عوامل خطرزای ارگونومیکی کار اداری از طریق برگزاری سمینارهای آموزشی و یا آموزش چهره به چهره، چیدمان صحیح لوازم اداری، خرید تجهیزات اداری مطابق با استانداردهای ارگونومیکی مانند صندلی های مجهز به تکیه گاه مناسب برای کمر، انجام اقدامات اصلاحی در ایستگاه های کاری، کاهش مدت زمان استفاده از لوازم الکترونیکی، نصب نرم افزار نارسیس بر روی رایانه کارمندان جهت کنترل زمان کار و استراحت اشاره کرد همچنین انجام معاینات دوره ای جهت غربالگری اختلالات اسکلتی عضلانی و شناسایی افراد آسیب دیده و مستعد، برای کاهش اختلالات در نواحی نام برده می تواند موثر باشد

مقدمه: مشاغل اداری و کار با رایانه به علت ماهیت کار و نوع فعالیت از جمله مشاغل هستند که آسیب های اسکلتی عضلانی در آنها از شیوع بالایی برخوردار است و استفاده از رایانه بدون توجه به شرایط ارگونومیکی صحیح می تواند سلامت کاربر را به خطر انداخته و باعث ایجاد مشکلات و بیماری های متعدد گردد. بنابراین این مطالعه با هدف بررسی اختلالات اسکلتی عضلانی در بین کارکنان بخش اداری پردیس یک دانشگاه علوم پزشکی ایلام صورت گرفته است.

مواد و روش: مطالعه حاضر یک مطالعه توصیفی مقطعی می باشد. که بر روی ۱۷۸ نفر (۹۷ زن و ۸۱ مرد) از بین کارکنان اداری دانشگاه علوم پزشکی ایلام که در طول تایم کاری با کامپیوتر کار می کنند صورت گرفته است. در ابتدا با استفاده از پرسشنامه اختلالات اسکلتی-عضلانی نوردیک، اقدام به جمع آوری اطلاعات برای تعیین میزان شیوع اختلالات اسکلتی-عضلانی در نواحی مختلف بدن شد. سپس جهت سنجش ریسک فاکتورهای ارگونومیکی محیط کار از روش ارزیابی سریع استرین اداری (ROSA) استفاده شد. در نهایت تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از آزمون های آماری صورت گرفت.