

ЗАВИСИМОСТЬ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ БОЛЕЗНЯМИ КОСТНО-МЫШЕЧНОЙ СИСТЕМЫ У МЕДИЦИНСКОГО ПЕРСОНАЛА УЧРЕЖДЕНИЙ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ МИНСКОЙ ОБЛАСТИ ОТ СОБЛЮДЕНИЯ РЕКОМЕНДАЦИЙ МЕДИЦИНСКОЙ ЭРГОНОМИКИ

Ветлова Полина, Горбач Анастасия

Руководитель – Лебедева О. В.

«Борисовский государственный медицинский колледж»

г.Борисов, Республика Беларусь

Медицинский работник в силу особенностей своей профессиональной деятельности испытывает постоянное воздействие разных факторов физической, химической и биологической природы, а его отдельные органы и системы, особенно опорно-двигательный аппарат, подвергаются функциональному перенапряжению. Отдельные виды труда медицинской сестры, несмотря на технический прогресс, сопряжены с вынужденной позой, частыми наклонами и сгибанием туловища, перемещением пациентов, передвижением тяжелого оборудования и переносом тяжестей, что вызывает перенапряжение мышц спины и усиленную нагрузку на позвоночник и может стать причиной развития различных заболеваний костно-мышечной системы и соединительной ткани. По данным статистики Республики Беларусь за 2019 год, заболевания костно-мышечной системы и соединительной ткани у населения занимают третье место после болезней системы кровообращения и органов дыхания. Медицинские работники не являются исключением. При возникновении заболеваний костно-мышечной системы медицинский персонал часто сам вынужден обращаться за медицинской помощью. Несвоевременное обращение к врачу, непонимание тяжести состояния, самолечение ведут к увеличению сроков пребывания на больничном листе, возникновению случаев ранней инвалидизации, что приносит значительный экономический ущерб организации здравоохранения. Кроме того, страдает качество оказания

медицинской помощи пациентам, особенно в отделениях, в которых перемещение пациентов является наиболее частой манипуляцией (неврологическое, хирургическое, травматологическое, реанимационное и др.). В этих условиях остро возникает необходимость углубления знаний специалистов со средним медицинским образованием по здоровьесберегающим технологиям, в частности, медицинской эргономике, что, будет способствовать поддержанию работоспособности и сохранению здоровья, повышению производительности труда, а в итоге - качества работы.

Гипотеза исследования – несоблюдение рекомендаций медицинской эргономики в профессиональной деятельности является причиной развития заболеваний костно-мышечной системы и соединительной ткани у медицинских работников.

Цель исследования – выявить наличие и причины заболеваний костно-мышечной системы и соединительной ткани у медицинских работников, возможную взаимосвязь их возникновения с несоблюдением рекомендаций медицинской эргономики, закрепить и углубить знания по здоровьесберегающим технологиям.

Объект исследования: условия профессиональной деятельности медицинского персонала.

Предмет исследования: влияние условий профессиональной деятельности медицинского персонала на развитие заболеваний костно-мышечной системы и соединительной ткани.

Методы исследования:

Теоретические:

- обзор литературы и ИНТЕРНЕТ-источников по тематике данного исследования.

Практические:

- опрос медицинских работников учреждений здравоохранения Минской области («Борисовская ЦРБ», «10-я Городская клиническая больница г.Минска», «Минская областная клиническая больница»);

- проведение самостоятельного наблюдения за профессиональной деятельностью медицинских работников учреждений здравоохранения Минской области («Борисовская ЦРБ», «10-я Городская клиническая больница г.Минска», «Минская областная клиническая больница»);

- анализ и сопоставление полученных результатов;

- подготовка материалов для медицинских работников по вопросам здоровьесберегающих технологий (медицинская биомеханика, современное эргономическое оборудование по перемещению пациентов).

Исследование проводилось с мая 2019 года по февраль 2020 года. В исследовании приняло участие 52¹ человека, медицинских сестер и помощников медицинской сестры учреждений здравоохранения Минской области (УЗ «Борисовская Центральная районная больница», УЗ «10-я Городская клиническая больница г. Минска», УЗ «Минская областная клиническая больница»), средний возраст которых составляет 34,3 года, стаж работы – от 5 месяцев до тридцати пяти лет. В ходе исследования проводился опрос медицинского персонала, наблюдение и беседы. Далее была проведена статистическая обработка и анализ полученных данных.

¹ – в связи с пандемией коронавирусной инфекции некоторые медицинские работники опрашивались дистанционно.

РЕЗУЛЬТАТЫ

1. На вопрос «Вынуждены ли Вы на работе поднимать или перемещать тяжести больше разрешенной нагрузки (для женщин 7-10 кг) в одиночку?» 63,5% опрошенных ответили «да», 36,5% – «нет».

2. По результатам анкетирования выяснилось, что 55,8% опрошенных вынуждены на работе принимать неудобную позу при выполнении манипуляций пациентам.

3. 59,6% респондентов не имеют на рабочем месте удобной функциональной мебели.

4. Стараются сохранять правильную осанку, снижающую нагрузку на позвоночник, 25% респондентов, 28,8% делают это иногда и 46,2% опрошенных не обращают на это внимания.

5. На вопрос «Проводят ли с Вами обучение по правилам биомеханики при перемещении тяжестей/пациентов или Вы изучаете эти вопросы самостоятельно?» 32,7% опрошенных дали утвердительный ответ, 40,4% дали отрицательный ответ, 26,9% респондентов изучают эти вопросы самостоятельно.

6. Соблюдают правила биомеханики при перемещении пациентов 23,1% из числа опрошенных, делают это иногда – 26,9%, не соблюдают – 50%.

7. Используют современное эргономическое оборудование при перемещении пациентов 69,2% респондентов.

8. Испытывают боль в спине 65,4% опрошенных, из них 50% испытывают её в течение рабочего дня периодически, 32,4% опрошенных – к концу рабочего дня и 17,6% испытывают боль в спине постоянно.

9. 55,8% всех опрошенных имеют заболевание с выставленным диагнозом, относящееся к патологиям позвоночника. Средний возраст данной категории составил 39,3 года, стаж работы по специальности у всех медицинских работников более 5-ти лет. Обращались за медицинской помощью после установления диагноза 69% опрошенных.

10. Среди причин, способствующих развитию заболеваний костно-мышечной системы и соединительной ткани, лидирующую позицию по результатам опроса занимают нарушения правил медицинской эргономики, далее следует малоподвижный образ жизни, его, как причину отметили 36,5% всех опрошенных, повышенную массу тела отметили 32,7%, наличие сопутствующих заболеваний – 30,8%, вредные привычки –

28,8%, нерациональное питание – 23,1%, и наследственность – 17,3% (в ответах респонденты указали более 2-х причин).

11. На вопрос «Что Вы предпринимаете для профилактики заболеваний костно-мышечной системы?» 32,7% всех опрошенных ответили, что стараются вести здоровый образ жизни, 28,8% регулярно выполняют физические упражнения, 19,2% предпочитают санаторное лечение 17,3% опрошенных регулярно посещают бассейн, 9,6% занимаются танцами, и 34,6% респондентов ничего не предпринимает для профилактики заболеваний костно-мышечной системы (в ответах респонденты указали более 2-х профилактических мер).

12. Все респонденты, имеющие заболевание с выставленным диагнозом, относящееся к патологиям позвоночника, отмечают систематическое воздействие в процессе профессиональной деятельности следующих факторов:

- подъем или перемещение тяжестей сверх установленной нагрузки – 100%;
- неудобная поза во время выполнения манипуляций – 76,9%;
- отсутствие правильной осанки и функциональной мебели на рабочем месте соответственно отметили 50 и 65,4% опрошенных;
- на отсутствие обучения и несоблюдение правил биомеханики указали соответственно 53,8 и 61,5% респондентов из данной категории.

ВЫВОДЫ

1. Нарушения рекомендаций медицинской эргономики можно считать причиной развития заболеваний костно-мышечной системы и соединительной ткани у медицинского персонала, так как большинство опрошенных медицинских работников указали на наличие определенных патологий позвоночника и среди них были выявлены специалисты, нарушающие рекомендации медицинской эргономики на рабочем месте по объективным и субъективным причинам.

2. Наиболее часто встречались такие нарушения, как: подъем или перемещение тяжестей сверх установленной нагрузки, длительное сохранение неудобной позы во время выполнения манипуляций, отсутствие правильной осанки и функциональной мебели на рабочем месте, отсутствие обучения и несоблюдение правил биомеханики при перемещении пациентов.

3. Медицинские работники осведомлены о возможных причинах развития заболеваний костно-мышечной системы и соединительной ткани, однако, предпринимают профилактические меры далеко не все.

ПРЕДЛОЖЕНИЯ

1. Подготовить материалы (памятки, буклеты, видеоролики) для медицинских работников по вопросам здоровьесберегающих технологий (медицинская биомеханика, современное эргономическое оборудование по перемещению пациентов).

2. Провести обучающие беседы и семинары по данной теме с медицинским персоналом.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ:

1. Владимирцева А. Эргономика входит в нашу жизнь // Сестринское дело. – 2008.- С.38.
2. Галкина Е.М., Денисова О.М. Влияние производственных и бытовых факторов на уровень заболеваемости медсестер остеохондрозом позвоночника // Медицинская сестра. – 2006.
3. Гуркина Л.А. Основы эргономики и безопасного перемещения пациента./ Л.А. Гуркина. – М.: ГОУ ВУНМЦ, 2003. – С.222.
4. Здоровье медицинской сестры и безопасность на рабочем месте (по проекту ВОЗ Lemon) // Медицинская помощь. – 1998. – С.30–40.

5. Информационно-аналитический бюллетень «Здоровье населения и окружающая среда Минского района: задачи по достижению целей устойчивого развития за 2019 год».