

ÇALIŞAN KADINLARIN ÇALIŞMA ŞARTLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Uz. Fzt. Filiz KURAL

Pamukkale Üniversitesi

Fizik Tedavi Rehabilitasyon Yüksekokulu

Doç. Dr. Fzt. Fatih ERBAHÇECİ

H.Ü. Fizik Tedavi Rehabilitasyon Yüksekokulu

ÖZET

Günümüzde yaşam standartlarının hızla değişmesi nedeniyle kadınlar daha aktif çalışma koşulları içerisine girmektedir. Aktivite sırasındaki vücut mekaniği, performansı etkilemektedir. Yaralanma riskini en aza indirmek için iyi bir ergonomik tasarım, çalışanların eğitimi ve vücudun etkili bir şekilde kullanımı gerekir. Hatalı postural adaptasyonlar, yanlış kullanım ve tekrarlı biomekaniksel zorlanmalar çeşitli sorunlara yol açar. Kadınların değişik çalışma koşullarından nasıl etkilendiklerinin tespit edilmesi ve ortaya çıkan problemlerin belirlenmesi amacıyla çalışma ortamı, çalışma şartları ve kişisel bilgileri içeren bir anket formu hazırlanmıştır. Çalışmaya fizyoterapistler, büro çalışanları ve ev kadınları olmak üzere 3 grup dahil edilerek her gruptan 40'ar olgu üzerinde bu çalışma sürdürülmüştür. Ankete verilen cevaplar incelendiğinde çalışanlar vücutlarının çeşitli bölgelerinde en fazla ağrıdan şikayetçi olduklarını belirtmişlerdir. Mesleki problemlerin çalışma hayatına başladıktan sonra ortaya çıktığı tespit edilmiştir. Çalışma ortamlarının ergonomik düzenleme gerektirdiği ortaya çıkan başka bir sonuçtur. Çalışan kadınların çeşitli sağlık problemleriyle karşı karşıya kaldıkları saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Çalışma Ortamı, Postür, Ağrı, Ergonomi



EVALUATION OF THE WORKING CONDITIONS IN WOMEN

SUMMARY

Today with the changing demands of life women become more active in work settings. As the body mechanics are very much effective on working performance, ergonomic design of the working place and the education on body mechanics are greatly required. Postural faults wrong habits concerning posture and biomechanics leads to several problems. A questionnaire is prepared to search the effect of working conditions on the physical condition of women. This study was carried out on three groups of women including physiotherapists, housewives and women who are office workers. Each group consisted from 40 women. Results revealed that working women are mostly suffered from pain on different sites of their body and they mentioned that pain is produced after they began to work. It can be concluded that physical fitness programmes must be given and ergonomic arrangements must be done in work settings for the health of women.

Key Words: Working Conditions, Posture, pain, Ergonomics.

GİRİŞ

Değişik çalışma koşullarının; çalışanlarda oluşturduğu problemler farklılık göstermektedir. İyi bir çalışma kapasitesine sahip olabilmek için, vücut ve ekstremitelerin aşırı efor sarfetmeden ve biomekanik uygunluğu devam ettirecek özellikte pozisyonlanması ve aktivitesini sürdürmesi gerekir. Yapılan araştırmalarda; hatalı postural adaptasyonların uzun süre devam ettirilmesiyle oluşan statik yüklenmeler sonucu çalışan kişilerde kas-iskelet sistemi yaralanmalarında artış görülmüştür (1,2). Çalışanlarda oluşan kas iskelet yaralanmaları kişilerin işten ayrılmasına ve iş gücü kayıplarına yol açmaktadır. Statik kas

yüklenmesi, dinamik kas yüklenmesine göre daha fazla yorgunluğa sebep olmakta ve ağrının artmasına yol açmaktadır. Dinamik kas kontraksiyonuyla birlikte dolaşım kendiliğinden artar ve kas aktivitesi sonucu oluşan artık ürünlerin dağıtılmasına katkıda bulunur (3,4).

Fizyolojik açıdan ağır iş yüklenmesinin sonucu olarak konnektif doku ve eklemlerde erken dönemde dejeneratif değişiklikler meydana gelmektedir. Bu dejeneratif değişiklikler tenosinovit, tendinit, bursit, konnektif dokunun değişik travmaları, kümülatif burkulmalardır.



EĞİTİMDE, BİLİMDE, HABERDE SAĞLIK

Cilt 2 • Sayı 3 • Ekim 2000

Sahibi

Ankara Gevher Nesibe Sağlık Eğitim
Enstitüsü Adına
Güler YILMAZ ÖZ
Enstitü Müdürü

Yazı İşleri Müdürü ve Editör
Dr. Ali YAKICI

Danışma Kurulu

Prof. Dr. Haluk Tokuçoğlu
Doç. Dr. Semih Yalçın
Prof. Dr. Zekiye Suludere
Prof. Dr. Cemil Yıldız
Prof. Dr. Adil Artukoğlu
Doç. Dr. Nuri Aydın Kama
Doç. Dr. Mehmet Şahingöz
Doç. Dr. Ergun Kasap
Doç. Dr. Süleyman Özçelik
Doç. Dr. Leyla Açık
Doç. Dr. Reşat Kasap
Yrd. Doç. Dr. Bilal Ak
Yrd. Doç. Dr. Sumru Çıtak

Yayın Kurulu

Dr. Behire Nazik
Uz. Mehmet Çimen
Uz. Abdil Türkeç
Uz. Öğr. Necla Bakar
Uz. Öğr. İbrahim Üslu
Uz. Öğr. Zübeyde Cücen
Öğr. Ziya Bayram
Tıb. Tek. Emel Varlık
Tıb. Tek. Ferudun Aral

Sekreteryä

Emel Varlık

Mizanpaj

Hüseyin ÖZ

Film/Baskı

Başbakanlık Basımevi

Fotoğraf

Hasan Temirci

Yazışma Adresi

Gevher Nesibe Sağlık Eğitim
Enstitüsü
Tel: 435 46 02/11

Dergimiz Hakemlidir

ISSN: 1302-4949

İÇİNDEKİLER

Önsöz	2
Ankara Gevher Nesibe Sağlık Eğitim Enstitüsünün Bir Yılı	4
✓Çalışan Kadınların Çalışma Şartlarının Değerlendirilmesi	9
Türkülerin Dili	19
Postoperatif Fizyoterapi Uygulanan ve Uygulanmayan Alt Ekstremitte Amputelerinin Rehabilitasyon Açısından Karşılaştırılması .	25
Kamu ve Özel Sektörde İstatistiğin Kullanımı ve Önemi; Genel Bir Bakış	32
Karantina Adası	36
Sağlıkta Yeni Bir Hedef	39
Enstitümüzden Haberler	41
2000-2001 Öğretim Yılında Enstitümüzün Sınavını Kazanan Adayların İllere Göre Dağılımı	43

