

Araştırmalar / Researches

Çalışan Kadınların Mesleki Açından Fiziksel Yapılarının Değerlendirilmesi

Physical Evaluation of Working Women in Vocational Conditions

Filiz ALTUĞ¹, Fatih ERBAHÇECİ²

ÖZET

Farklı meslek gruplarındaki kadınlarda, ortaya çıkan mesleki problemlerin belirlenebilmesi amacıyla fizyoterapistler, büro çalışanları ve ev kadınlarından oluşturulmuş ve her grupta 40'ar olgu olmak üzere toplam 120 olgu değerlendirilmiştir. Olguların sağlıklı kişilerden oluşmasına 20-40 yaşları arasında ve en az 5 yıldır çalışıyor olmalarına dikkat edilmiştir. Değerlendirme; Kas testi, postür analizi, normal eklem hareketleri ve kısalık testlerini kapsamıştır.

Gövde, boyun fleksiyon kas kuvvet bulguları çalışan gruplarda daha yüksek bulunmuştur ($P < 0.05$). Gövde, boyun ekstansiyon kas kuvvet bulguları gruplar arasında karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlılık bulunamamıştır ($P > 0.05$). Üst ekstremité kas kuvvet bulgularının çalışanlar lehine olduğu tesbit edilmiştir ($P < 0.05$). Alt ekstremité kas kuvvetinin fizyoterapistlerde en yüksek değeri aldığı görülmüştür ($P > 0.05$).

Elde edilen sonuçlar karşılaştırıldığında en fazla postür bozukluğu fizyoterapistlerde tesbit edilmiştir (Tablo 4).

Tüm sonuçlar değerlendirildiğinde çalışma yaşamının içinde bulunmanın kadınlarda çeşitli mesleki problemlerin ortaya çıkmasına yol açtığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Çalışma koşulları, Fiziksel değerlendirme, Çalışan kadınlar

SUMMARY

A study was done to determine the vocational problems of the women in different working conditions as physiotherapists, office workers and housewives. A total of 120 women were evaluated in three groups consisted from 40 women each. Selection criteria of the subjects were being between 20-40 years age, being healthy and have worked at least for 5 years. Evaluation included muscle strength, posture analysis, range of motion and muscle shortening.

Muscle strength of trunk and neck flexors was found to be higher in the working groups ($P < 0.05$). There wasn't any significant difference when the trunk and neck extensor muscle strength were compared between the groups ($P > 0.05$). Muscle strength of the upper extremity was found to be higher in working groups ($P < 0.05$). The highest lower limb muscle strength was determined in physiotherapists ($P < 0.05$).

The comparison of the results of our study showed that the postural faults are mostly seen in physiotherapists (Table 4).

It can be concluded that various vocational problems can be existed in the women due to working conditions.

Key Words: Vocational conditions, Physical evaluation, Working women

Yirminci yüzyıl ortalarında özel çalışma şartlarında kas iskelet sistemi sorunları daha fazla dikkati çekmektedir. Bu problemlerin ortaya çıkmasında statik kas yüklenmesinin rolü büyüktür (1,2).

Kas iskelet sistemi yaralanmalarının meydana gelmesinde statik kas yüklenmesinin etkisi daha fazladır. Çünkü belli bir postürün uzun süre devam ettirilmesi 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). Statik kas yüklenmesi, oturma yerinin uygunsuz tasarımı, çalışma ortamındaki yetersiz organizasyon ve işe uygun adaptasyonun olmamasıyla gelişmektedir. Statik kontraksiyon kaslarda artık ürünlerin birikmesiyle kas yorgunluğuna yol açarak ağrı, sertlik ve kas kramplarına sebep olmaktadır (1,2). Çok hızlı tekrarlı hareketler, kasta statik kontraksiyona veya tendonlarda, ligament ve kaslarda aşırı kullanıma neden olmaktadır (1). İş sırasında açığa çıkan kuvvet, hareketin sıklığı ve sayısı fiziksel yüklenmenin şiddetini etkilemektedir (4). Mesleki yaralanmaların oluşmasında fizyolojik ve fiziksel stresin yanısıra, kişinin

1 Uz. Fzt. Pamukkale Üniversitesi Fizik Tedavi-Rehabilitasyon Y.O., Denizli

2 Doç. Dr. Fzt. H.Ü. Fizik Tedavi-Rehabilitasyon Y.O. Protez-Biomekanik Ünitesi, Ankara