



Uz. Fzt. Filiz Kural Altuğ
Pamukkale Üniversitesi Fizik Tedavi Rehabilitasyon Yüksekokulu
Öğretim Görevlisi

Doç. Dr. Fzt. Fatih Erbahçeci
Hacettepe Üniversitesi Fizik Tedavi Rehabilitasyon Yüksekokulu
Öğretim Üyesi

ÇALIŞAN KADINLARIN FİZİKSEL UYGUNLUK DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

ÖZET

Değişik çalışma koşullarının kadınların fiziksel uygunluk düzeylerine olan etkilerini değerlendirmek amacıyla planlanan bu çalışmada fizyoterapistler, büro çalışanları ve ev kadınlarından oluşan üç grup oluşturularak ve her grupta 40'ar olgu olmak üzere toplam 120 olgu değerlendirilmiştir. Olguların sağlıklı 20-40 yaşları arasında ve en az 5 yıldır çalışıyor olmalarına dikkat edilmiştir. Olguların her birine fiziksel uygunluk düzeylerini belirlemek amacıyla Harward-Step testi, Sit-Ups testi, Modifiye Push-Ups testi ve esneklik testleri yapılmıştır.

Fiziksel uygunluk parametreleri açısından 3 grup birbirleriyle karşılaştırıldığında Harward-Step test sonuçlarında fizyoterapistlerin en üst değeri aldığı görülmüştür ($p<0,05$). Sit-Ups ve Modifiye Push-Ups test sonuçları büro çalışanları lehine bulunmuştur ($p<0,05$). Esneklik test sonuçlarında ise anlamlılık çalışan gruplar lehine belirlenmiştir ($p<0,05$). Fiziksel uygunluk parametreleri açısından sonuçların çalışan hanımların lehine olduğu bulunmuştur ($p<0,05$).

Çalışma yaşamının içinde bulunmanın çalışan kadınların fiziksel uygunluk düzeylerine olumlu katkı yaptığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kadın, Çalışma Koşulları, Fiziksel Uygunluk

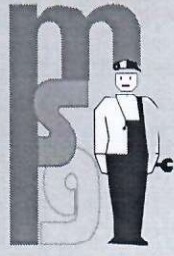
GİRİŞ

Günümüzde yaşam standartlarının hızla değişmesi nedeniyle kadınlar daha aktif çalışma koşulları içerisine girmektedir. Sosyal ve biyolojik nedenlerden dolayı kadınlar, çalışma alanlarında farklı ve kendilerine özgü bir yapıya sahiptirler.

Yüksek fiziksel uygunluk düzeyi, sağlığın iyi olmasıyla paraleldir(1). Fiziksel aktivitenin sağlığa olan etkisi hakkındaki ilk görüşler 19. yüzyıla rastlamaktadır. Sedarer yaşam biçiminin halk sağlığını olumsuz yönde etkilediği ve kronik hastalığa yakalanma riskini arttırdığı bilinmektedir(2).

Sağlık, fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk birbirleriyle içiçe olan kavramlardır. Fiziksel uygunluk, kişisel fiziksel çalışma kapasitesinin maksimum düzeyde tanımlanmasıdır.

AAHPER'in (American Alliance for Health Physical Education and Recreation) tanımladığı fiziksel uygunluk test komponentleri; aerobik kapasite, vücut kompozisyonu, esneklik, kas kuvvet ve enduransından oluşmaktadır(3). Yirminci yüzyıl ortalarında özel çalışma



turkish journal of
occupational
health and
safety

Editor
Dr. Levent KOŞAR

Yayın Kurulu
Dr. Celal EMİROĞLU
Dr. Levent KOŞAR
Dr. Ö. Kaan KARADAĞ
Dr. Sedat ABBASOĞLU
Dr. Haluk Seçkin BAŞÇIL

Yazı Kurulu
Prof. Dr. Ahmet SALTIK
Prof. Dr. Alpaslan İŞIKLI
Dr. Cahit ERKAN
Prof. Dr. Çağatay GÜLER
Dr. Engin TONGUÇ
Prof. Dr. Gazanfer AKSAKOĞLU
Prof. Dr. Guzin ÖZARMAĞAN
Av. Hacer EŞİTGEN
Ecz. Dr. Handan SABİR
Prof. Dr. Hilmi SABUNCU
Doç. Dr. İbrahim AKKURT
İsmail Hakkı KURT
Dr. Meral TÜRK
Kim. Müh. Mustafa TAŞYÜREK
Prof. Dr. Nazmi BİLİR
Dr. Nazlı YEŞİLLETEN
Prof. Dr. Nazlı Yaşar SPOR
Dr. Necmettin ERKAN
Prof. Dr. Nevin YURAL
Dr. Nihal COŞKUN
Özcan KARABULUT
Prof. Dr. Remzi AYGÜN
Prof. Dr. Sudi BÜLBÜL
Prof. Dr. Turhan AKBULUT
Prof. Dr. Yasemin BEYHAN
Yıldırım KOÇ
Dr. Yıldız BİLGİN

Türk Tabipleri Birliği adına Sahibi ve Yazı İşleri Müdürü
Dr. Füsün SAYEK

Yazışma Adresi
Türk Tabipleri Birliği Mesleki Sağlık ve Güvenlik Dergisi
Türk Tabipleri Birliği Merkez Konseyi
Şehit Daniş Tunalıgil Sokak No: 2 Kat:4
Demirtepe/ANKARA

Telefon
0 312 231 31 79 (Pbx)

Faks
0 312 231 19 52 - 53

http://www.ttb.org.tr/isak
e-posta: isak@ttb.org.tr

Mizanpaj-Kapak Tasarımı
Etik Tanıtım
Yüksel Cad. 11/8 Kızılay Ankara
Tel.: 0 312 424 11 05 - 06
Fax: 419 86 22
e-posta: ereklam@bir.net.tr

Baskı
Nural Matbaacılık
Tel.: 0 312 267 19 45 (pbx)
Fax: 267 19 50

Tiraj
5 000 adet

Logo ve kapak hakkı TTB'ne aittir.

Dergide yayınlanan yazıların tüm sorumluluğu
yazarlarına aittir.

türk tabipleri birliği mesleki sağlık ve güvenlik dergisi

EDİTÖRDEN 2
Dr. Levent KOŞAR

TÜRKİYE'DE İŞÇİ SAĞLIĞINDA DURUM 3
Dr. Kayhan PALA / Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı AD

AKSA GERÇEĞİ 12
MSG Dergisi Yayın Kurulu

ELEKTROMANYETİK RADYASYONLARLA VEYA ELEKTROMANYETİK ALANLARDA
ÇALIŞANLARIN SAĞLIK RİSKLERİ 15
Prof. Dr. H. Hilmi SABUNCU / İ.Ü. Tıp Fakültesi İş Sağlığı Bilim Dalı Başkanı
MESKA (Meslek Hastalıkları ve İş Kazaları Araştırma, Önleme) Vakfı Başkanı

15-16 HAZİRAN'IN HATIRLATTIKLARI 19
Dr. Levent KOŞAR / İşyeri Hekimi

TEMEL ERGONOMİ KAVRAMLARI 22
Prof. Dr. Çağatay GÜLER
Dr. Songül ACAR VAİZOĞLU
Dr. Ömer Faruk TEKBAŞ

ÇALIŞAN KADINLARIN FİZİKSEL UYGUNLUK
DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI 27
Uz. Fzt. Filiz KURAL ALTUĞ / Pamukkale Üniv. FTR Yüksekokulu Öğretim Görevlisi
Doç. Dr. Fzt. Fatih ERBAHÇECİ / H.Ü. FTR Yüksekokulu Öğretim Üyesi

KOLİNESTERAZ İNHİBİTÖRÜ PESTİSİDLERE MARUZ KALINAN İŞLERDE
İŞ SAĞLIĞI UYGULAMALARI 33
Dr. Ö. Kaan KARADAĞ / İş Sağlığı Bilim Uzmanı SSK Ankara Meslek Hastalıkları Hastanesi

İŞYERİ TANITIMI (ANKARA DEMİRYOL FABRİKASI) 37
Dr. A. Kadir ATLI / İş Sağlığı Bilim Uzmanı TCDD Behiçbey Tesisi İşyeri Hekimi

İŞ VE SAĞLIK İLE İLİŞKİLİ OLARAK ETİK SORUNLAR 41
Prof. Dr. Giovanni BERLINGUER / Roma Üniversitesi Öğretim Üyesi

ÇEVİRİ 45
AVRUPA'DA MESLEK HASTALIKLARI AÇISINDAN AYKIRILIKLAR
Yard. Doç. Dr. Meral TÜRK/ Ege Üniv. Tıp Fakültesi Halk Sağlığı AD

HABERLER 48