

знаходились на „Д” обліку, направлялись на консультацію до профіатолога. Міською СЕС постійно проводиться контроль за виконанням вимог гігієни праці та промсанітарії та підприємстві.

## Ергономічні вимоги в роботі лікаря-стоматолога

Л. В. Буря

*Українська медична стоматологічна академія*

Стоматологія професія, яка вимагає не тільки знань та умінь, але й матеріальної бази. Інструменти, матеріали, устаткування - цілий світ, що оточує нас кожного дня і ми майже ніколи не замислюємося, як же цей світ впливає на нас кожної години, кожної хвилини. Норми охорони праці, що існували, давали нам визначену гарантію безпеки медичного працівника. А сучасна система сертифікації, спрямована, в основному, на безпеку пацієнта. Але, на жаль, тільки на практиці ми можемо переконатися, наскільки нам зручно працювати тим чи іншим інструментом, на тому чи іншому устаткуванні, в тому чи іншому положенні.

Основна задача ергономіки — досягнення відповідності конструкцій виробничого устаткування й організації робочих місць анатомо-фізіологічним і психологічним особливостям людини. Одним з провідних факторів, що визначають ступінь цієї відповідності, є робоча поза, тобто координоване положення тулуба, голови, рук, ніг працюючого щодо знярядь і предметів праці.

З цією метою нами було проведено 43 дослідження щодо виконання ергономічних вимог в 20 стоматологічних кабінетах м.Полтава. Результатами досліджень було виявлено велику кількість різноманітних неправильних робочих поз. Прийнято розрізнити основні і вимушені робочі пози. Основними вважають робочі пози, у яких людина працює сидячи чи стоячи, вимушені — при різному ступені нахилу тулуба. Під час вивчення встановлено, що лікарі-стоматологи працюють здебільшого у вимушених робочих положеннях.

Положення стоячи більш природне для людини, ніж положення сидячи. Його підтримка забезпечується наявністю ряду анатомо-фізіологічних особливостей тіла людини: вигини хребта сприяють рівномірному розподілу ваги тіла; взаємне розташування внутрішніх органів і їх прикріплення також більше пристосовані до вертикального положення. Однак при цьому м'язи ніг, спини, таза несуть значне статичне навантаження; збільшується гідростатичний тиск на стінки судин, спостерігається застій крові в м'язах ніг. Нормальною робочою позою стоячи слід вважати таку, при якій працюючому не потрібно нахилитися вперед більше ніж на 10— 15°, небажані також нахили назад і вбік.

Основні недоліки, які були виявлені під час досліджень положення стоячи лікаря-стоматолога, зводяться до того, що пацієнт сидить надто низько. Хоча тіло стоматолога спирається на обидві ступні, його шия та хребет вигнуті, і лікарю необхідно самому наблизитися до хворого.

Положення сидячи менш втомливе, тому що при ньому зменшується напруга м'язів, гідростатичний тиск і навантаження на серцево-судинну

систему. Виконання роботи в положенні сидячи забезпечує більшу точність рухів. Однак тривала підтримка тіла в такому положенні може викликати відчуття стомлення, що свідчить про розвиток втоми. Тривала робота в положенні сидячи може привести до ослаблення м'язів живота і тазового дна, сутулості.

Під час проведення досліджень була виявлена найбільш часта неправильна робоча поза в положенні сидячи. Висота стільця не відповідає розміру гомілки лікаря, в результаті чого одна його нога витягнута вперед і не має опори, а інша - зігнута і опирається тільки на передню частину стони. Корпус та шия стоматолога різко вигнуті через погану видимість операційного поля.

При виконанні робіт у вимушених нефізіологічних робочих позах у результаті сильної напруги, м'язів (при різному ступені нахилу тулуба напруга м'язів у 4--10 разів вище, ніж у позі сидячи) втомлення настане швидше. Незручне положення тіла позначається на обмінних процесах, зокрема значно підвищуються енерговитрати організму. При тривалому вимушеному положенні тіла в хребті з'являється біль, що надалі може носити постійний характер. Ослаблені в результаті статичних перевантажень м'язи швидше втомлюються, розвиваються невралгії в поперековому відділі, плечовому поясі, шийному відділі хребта.

Таким чином наші спостереження свідчать про те, що багато лікарів-стоматологів працюють в неправильному положенні тіла, а це призводить до виникнення у них порушень стану здоров'я. Найбільш раціональною робочою позою для стоматологів слід вважати вільну позу "сидячи-стоячи", при якій відмічено найменше число порушень стану здоров'я.

### **Психогігієнічні особливості праці лікарів-стоматологів**

*Л. В. Буря.*

*Українська медична стоматологічна академія, м. Полтава*

На сьогодні для гігієнічної науки є актуальним вивчення нервово-психічного здоров'я людини, його динаміки, особливо під час роботи. Напу увагу привернула праця фахівців стоматологічного профілю, які знаходяться в стані постійних психічних і фізичних навантажень, що призводить до передчасного виникнення втоми і перевтоми.

З метою оцінки основних факторів виникнення втоми лікарів-стоматологів нами були проведені психогігієнічні дослідження 57 осіб в 20 стоматологічних кабінетах м. Полтава.

В процесі дослідження встановлено, що для праці стоматологів характерні: напруженість, емоційність з вираженим статичним навантаженням. Робоче навантаження стоматологів надто високе: продуктивний час (корисна робота) складає від 80% до 90%, виробничі відволікання (робота з документацією, вимушені перерви) - 10%-20%. Час для відпочинку і прийому їжі практично відсутній. Резерв часу — за рахунок вимушених перерв і роботи з документацією.