

ГІГІЄНИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ЗАХОДІВ ПРОФІЛАКТИКИ ВИРОБНИЧО-ОБУМОВЛЕНОЇ ПАТОЛОГІЇ ХРЕБТА У ЛІКАРІВ-СТОМАТОЛОГІВ

Буря Л.В., Катрушиов О.В.

ВДІГЗУ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава

Переобладнання стоматологічних відділень новою сучасною технікою, розробка та вдосконалення нових прогресивних технологій в стоматологічній практиці - все це корінним чином змінює характер праці, створює нові проблеми в плані профілактики несприятливого впливу на організм персоналу. Нами було проведено 53 дослідження лікарів-стоматологів щодо виконання ергономічних вимог в 23 стоматологічних кабінетах м. Полтава. Прийнято розрізняти 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. 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) втома настає 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.

Результати досліджень показали, що переважна більшість лікарів-стоматологів працює в нераціональних робочих позах і здебільшого стоячи. Проте зростаюча інтенсивність праці стоматолога піддає його організм значному статичному навантаженню. Так, тривала робота в положенні стоячи призводить до втоми м'язів ніг, тулуба, потилиці та спини. Надалі цей біль підсилюється і виникає навіть під час руху. Тривале навантаження викликає різноманітні деформації стопи (вигнуті, плоскі стопи). Крім деякого нахилу вперед, верхня частина тулуба стоматолога зазвичай нахилена вбік. Це викликає, можливо і незначне, але постійне здавлення і обмежує рухомість грудної клітки. Постійне вимушене положення стоматолога, особливо нераціональне, призводить до зміщення хребців і негативних змін хребта в цілому. При роботі лікаря-стоматолога в сидячому положенні розвантажується хребет і нижні кінцівки, що дозволяє значно легше переносити статичні навантаження, які виникають під час роботи. Але все це при умові, що верхня частина тулуба займає правильне вертикальне положення. При нахилі тулуба вперед і вправо виникають такі ж самі зміни хребта, як і при роботі стоячи. Тривала робота в положенні сидячи може привести до ослаблення м'язів живота і тазового дна, сутулості.