

פגיעות שריר-שלד הקשורות לסביבת העבודה בקרב פיזיותרפיסטים

חן שוחט¹, נעה וורטנשלג-שוורצפוקס¹, נועה רפאלי-באר² PhD, PT

¹ סטודנטית במחלקה לפיזיותרפיה, הפקולטה למדעי הבריאות, אוניברסיטת אריאל
² מרצה במחלקה לפיזיותרפיה, הפקולטה למדעי הבריאות, אוניברסיטת אריאל, noara@ariel.ac.il

שתי הכתובות הראשונות עשו עבודה זהה בכתיבת המאמר

במחקרים שנסקרו תוארו ההשלכות של פגיעות שריר-שלד על פיזיותרפיסטים. צוינו גורמי סיכון בעבודתם של פיזיותרפיסטים כהרמה או העברה של חולה, עבודה בתנוחה לקויה ועבודה בכיפוף או בפיתול של הגב. לצורך התמודדות עם תופעה זו נסקרו אסטרטגיות מניעה, כגון שימוש בציוד ובאביזרי עזר וקבלת עזרה בהעברת חולים.

מסקנות: מן הסקירה עולה כי ישנן פגיעות שריר-שלד רבות בקרב פיזיותרפיסטים. נמצא קשר בין נתונים אנתרופומטריים, תחום העבודה וותק במקצוע ובין התחלואה. אסטרטגיות המניעה נחלקות לארגונומיות ברמת הפרט ולאסטרטגיות ארגוניות ברמת החברה. קיים צורך במחקר עתידי שנועד לפתח אסטרטגיות מניעה נוספות לשם מזעור התופעה.

מילות מפתח: פיזיותרפיה, פגיעות שריר-שלד, גורמי סיכון, מניעה, ארגונומיה

לא היו מקורות מימון חיצוניים לעבודה זו.

תקציר

רקע: פגיעות שריר-שלד הקשורות לתנאי העבודה הן ליקויים באזורים שונים של הגוף שנגרמים עקב חשיפה מתמשכת לעומסים ומתבטאים בכאבים ובאי-נוחות. מקצוע הפיזיותרפיה מתאפיין בעבודה פיזית מאומצת ובשימוש בגוף כאמצעי טיפול עיקרי. מאפיינים אלו מהווים גורמי סיכון לעייפות, לשחיקה פיזית ולפגיעות שריר-שלד, ועלולים להקשות על המטפלים לבצע את עבודתם. הקושי עשוי להתבטא בירידה באיכות הטיפול ובפגיעה בניהול אורח החיים התקין של המטפלים, ואף לזניחת המקצוע.

מטרה: לסקור את שכיחות תופעת הפגיעות בשריר-שלד בקרב פיזיותרפיסטים, את גורמי הסיכון לפגיעות ואת ההמלצות להפחתת התופעה.

שיטות: סקירת ספרות זו מבוססת על מחקרי-חתך וסקירות ספרות שאותרו במנועי החיפוש PubMed, Google Scholar, Pedro and Summon לפי מילות המפתח האלה: "Musculoskeletal pain OR Work-related disorders" AND "Physiotherapist OR Physical therapist OR Occupational health OR Health care professions" "AND Prevention OR Prevalence OR Risk factors"

תוצאות: ככלל, נמצא ששכיחות פגיעות השריר-שלד בקרב פיזיותרפיסטים בעולם היא גבוהה, אבל קיימים פערים בין המדינות בשכיחות הפגיעות באזורי גוף שונים. נמצא כי קיים קשר בין שכיחותן של הפגיעות בשריר-שלד ובין נתונים אנתרופומטריים, תתי-תחומים קליניים שונים וותק בעבודה.