

Bir Üniversite Hastanesinde Çalışan Sekreterlerin Kas İskelet Sistemi Yakınmalarının İncelenmesi

Elif Durmaz, Ersin Nazlıcan, Muhsin Akbaba

Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Adana

Amaç

Bu çalışmada hastanemizde çalışan otomasyon sekreterlerinin üst ekstremitelerde kas iskelet sistemi yakınmalarını ve bu yakınmalara sebep olan faktörleri belirlemeyi amaçladık.

Materyal Metod 1

- Çalışma kesitsel bir çalışma olup, Çukurova Üniversitesi Balcalı hastanesinde çalışan tüm otomasyon sekreterlerine ulaşılmaması hedeflendi.
- Çalışma süresi 1 yılın altında olanlar ve sadece gece vardiyasında çalışanlar çalışmaya dahil edilmedi.
- Araştırmamız Ekim-Kasım 2017’de hastane bünyesinde iş başında çalışan poliklinik ve servis otomasyon sekreterleri ziyaret edilerek yapıldı.

Materyal Metod 2

- Kişilerin boyun, omuz ve el-el bileği bölgelerindeki kas iskelet sistemi rahatsızlıklarını sorgulamak amacıyla Dawson ve arkadaşlarının geliştirdikleri “Genişletilmiş Nordic Kas İskelet Sistemi Anketi (NMQ-E)” kullanıldı.
-

Materyal Metod 3

-Kişisel risk faktörlerinden

- sosyodemografik özellikler (yaş, cinsiyet, eğitim durumu)
- kişilerde kronik hastalık varlığı
- sağlıklı yaşam davranışları (sigara kullanmama durumu, düzenli egzersiz yapma) sorgulandı.

-Ayrıca kişilerin kaza geçirip geçirmediği ve kas iskelet sistemi ile ilgili tanısı olup olmadığı sorgulandı.

Materyal Metod 4

- Fiziksel ve ergonomik risk faktörü olarak literatür taranarak oluşturulmuş çalışma ortamının ergonomisi (sandalye, masa, monitör) ve kişinin çalışma durumu ve koşulları (çalışma yılı, günlük klavye ve fare kullanma süresi, oturarak çalışma süresi) sorgulandı.
-

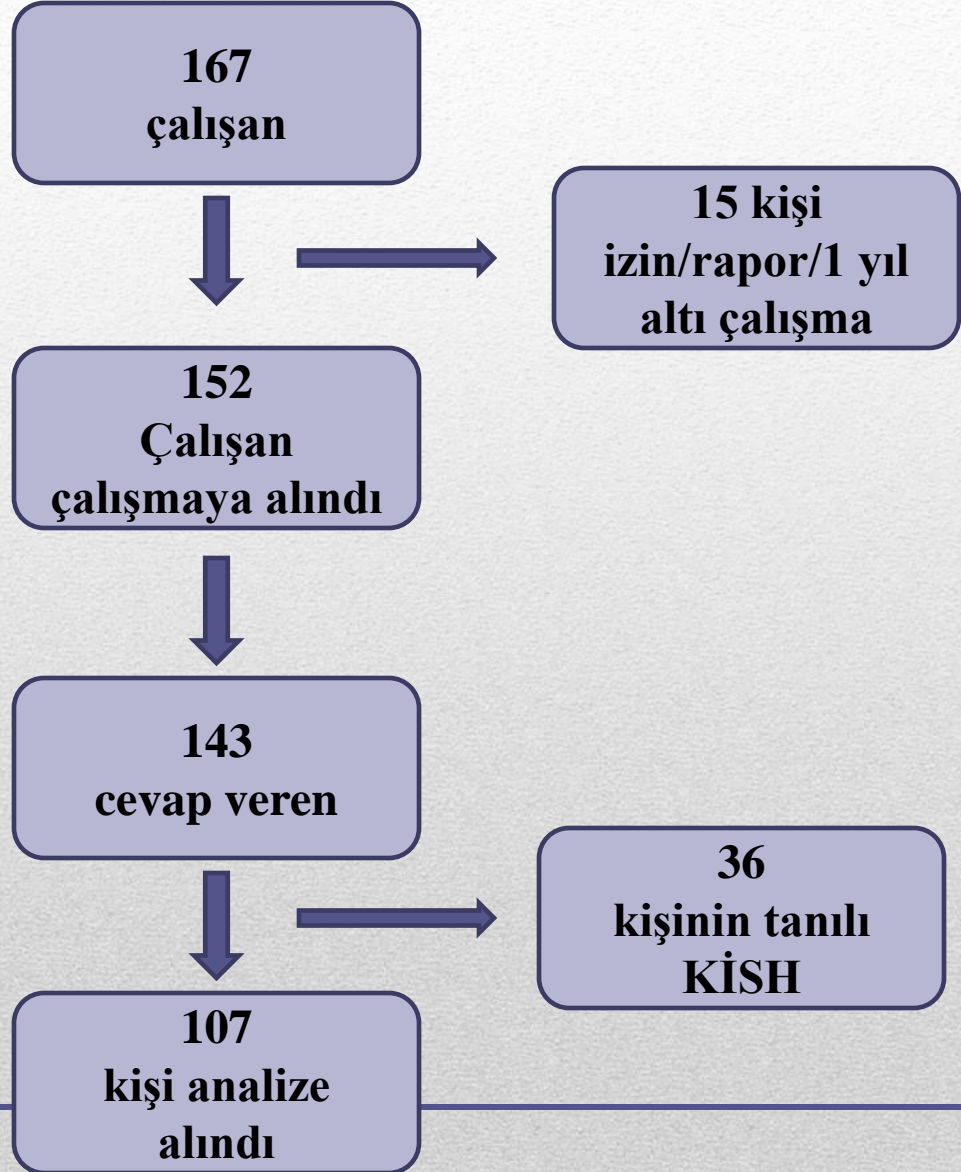
Materyal Metod 5

- Psikososyal risk faktörlerini belirlemek için İsveç iş stresi ölçeğinden iş yükü (5 soru) ve sosyal destek (6 soru) alt bölüm soruları kullanıldı.
 - Ayrıca mola süreleri ve yeterliliği sorgulandı
-

Materyal Metod 6

- Çalışmamızda İsveç iş stresi ölçeğinin iş yükü alt bölümü **düşük güvenilirlikte** olduğu (Cronbach Alfa değeri: 0,48), sosyal destek alt ölçeğinin ise oldukça güvenilir olduğu (Cronbach Alfa değeri: 0,67) tespit edildi.
 - Bu nedenle kişilerin iş yükü ölçekle değerlendirilmedi ve sadece ölçekteki **yoğun çalışma durumunu sorgulayan bir soru** ile değerlendirildi.
-

Bulgular



	Ort±sd	Min-max
Yaş	34,8±6,7	21-57
Toplam çalışma süresi (yıl)	11,7±6,5	1-30
Bu hastanedeki çalışma süresi (yıl)	9,5±6,0	1-30

- Katılımcıların %68,2'si kadın (73), %71,0'i (76) evli, %38,3'ü (41) lise mezunuydu.
 - Katılımcıların tamamı 8/5 (saat/gün) çalışmaktaydı ancak %12,1'i (13) kendilerine verilmiş molayı yeterli kullanamamakta olduğunu ve %56,1'i (60) molasız günlük 4 saat ve üzerinde çalıştıklarını belirtti.
 - Katılımcılardan % 41,1'i (44) sigara kullanmakta iken, % 24,3'ü düzenli egzersiz yapmaktaydı.
-

- Katılımcıların çalışma ortamındaki ergonomik faktörlere baktığımızda
 - %36,4'ünün (39) sandalyesinin yüksekliği ayarlanamamaktaydı,
 - %26,2'sinin (28) monitör yerleşimi ve yüksekliği,
 - %30,8'inin (33) masasının yüksekliği uygunsuzdu ve
 - %18,7'inin (20) sandalyesinde sırt ve dirsek desteği bulunmamaktaydı.
 - Katılımcıların %67,3 'ü (72) ergonomi hakkında bilgi sahibi değildi.
-

- Katılımcıların
 - % 24,0'ının (25) boyun, omuz, el-el bileği bölgelerinden hiçbirinde yakınması bulunmazken,
 - %27,9'unun (29) bir bölgede,
 - %24,0'ının (25) iki bölgede ve
 - %24,0'ının (25) üç bölgede de yakınması bulunmaktaydı.
-

	Son 12 ayda ağrı, acı, rahatsızlık hissi	
Bölge	Var n(%)	Yok n(%)
Boyun (n=105)	71(67,6)	34(32,4)
Omuz (n=107)	51(47,7)	56(52,3)
El-el bileği (n=106)	34(32,1)	72(67,9)

Bölge	Son 12 ayda sağlık hizmetlilerine başvurma		Son 12 ayda ilaç kullanma		Son 12 ayda izin/rapor alma	
	Evet n(%)	Hayır n(%)	Evet n(%)	Hayır n(%)	Evet n(%)	Hayır n(%)
Boyun (n=71)	26(36,6)	45(63,4)	38(53,5)	33(46,5)	5(7,0)	66(93,0)
Omuz (n=51)	26(51,0)	25(49,0)	29(56,9)	22(43,1)	5(9,8)	46(90,2)
El-el bileği (n=34)	6(17,6)	28(82,4)	5(14,7)	29(85,3)	0	34(100)

Tablo.3 Katılımcıların üst ekstremité yakınmalarının kişisel risk faktörlerine göre değerlendirilmesi

	Boyun(n=71)				Omuz(n=51)				El-el bileği(n=34)			
Kişisel	var		p	OR	var		p	OR	var		p	OR
Yaş	%	n			%	n			%	n		
20-29	70,8	17	0,01	-	37,5	9	0,01*	-	12,5	3	0,03*	-
30-39	56,4	31			41,1	23			36,4	20		
≥40	88,5	23			70,4	19			40,7	11		
Cinsiyet												
Kadın	69,0	49	0,65	1,2 (0,5-2,8)	52,1	38	0,18	1,7 (0,7-4,0)	37,5	27	0,08	2,3 (0,8-6,0)
Erkek	64,7	22			38,2	13			20,6	7		
Eğitim												
Lise	80,0	32	0,03	2,6 (1,0-6,7)	61,0	25	0,03	2,4 (1,0-5,3)	29,3	12	0,62	0,8 (0,3-1,8)
Üniversite ve üzeri	60,0	39			39,4	26			33,8	22		
Sigara												
Kullanmıyor	59,0	36	0,02	2,7 (1,1-6,5)	44,4	28	0,42	1,3 (0,6-2,9)	27,0	17	0,17	1,7 (0,7-4,0)
Kullanıyor	79,5	35			52,3	23			39,5	17		
Düzenli egzersiz												
Yapıyor	53,8	14	0,08	2,2 (0,8-5,5)	50,0	13	0,78	0,8 (0,3-2,1)	26,9	7	0,51	1,3 (0,5-3,6)
Yapmıyor	72,2	57			46,9	38			33,8	27		

Tablo.4 Katılımcıların üst ekstremité yakınmalarının fiziksel-organizasyonel risk faktörlerine göre değerlendirilmesi

Fiziksel- Organizasyonel	Boyun(n=71)			OR	Omuz(n=51)			OR	El-el bileği(n=34)			OR
	var		p		var		p		var		p	
	%	n			%	n			%	n		
Klavye kullanımı (saat/gün)												
1-3	71,4	15	0,61*	-	23,8	5	0,01*	-	19,0	4	0,02*	-
3-6	62,1	36			50,8	30			29,3	17		
6-8	76,9	20			59,3	16			48,1	13		
Mouse kullanımı (saat/gün)												
1-3	62,5	10	0,40*	-	12,5	2	0,01*	-	12,5	2	0,02*	-
3-6	66,1	41			52,4	33			30,6	19		
6-8	74,1	20			57,1	16			46,4	13		
Molasız çalışma (saat/gün)												
<4	74,5	35	0,17	0,5 (0,2-1,3)	31,9	15	<0,01	3,2 (1,4-7,1)	23,9	11	0,11	1,9 (0,8-4,6)
≥4	62,1	36			60,0	36			38,3	23		

Toplam çalışma süresi		Ortalama	SD	p
Boyunda	Var	12,39	6,6	0,034
	Yok	9,53	5,1	
Omuzda	Var	13,06	7,3	0,020
	Yok	10,09	4,9	
El-el bileği	Var	13,81	6,7	0,012
	Yok	10,43	5,8	

Tablo.5 Katılımcıların üst ekstremité yakınmalarının fiziksel-organizasyonel ve psikososyal risk faktörlerine göre değerlendirilmesi

	Boyun(71)			OR	Omuz(51)			OR	El-el bileği(34)			OR
	var	n	p		var	n	p		var	n	p	
Ergonomik	%	n			%	n			%	n		
Sandalye yüksekliği												
Uygun	63,6	42	0,25	1,6 (0,6-3,9)	36,8	25	<0,01	3,4 (1,5-7,8)	26,9	18	0,13	1,8 (0,8-4,3)
Uygun deđil	74,4	29			66,7	26			41,0	16		
Monitör												
Uygun	62,3	48	0,05	2,7 (0,9-8,1)	46,8	37	0,77	1,1 (0,4-2,6)	32,1	25	0,99	1,0 (0,3-2,5)
Uygun deđil	82,1	23			50,0	14			32,1	9		
Masa yüksekliği												
Uygun	62,5	45	0,09	2,2 (0,8-5,8)	44,6	33	0,34	1,4 (0,6-3,4)	28,8	21	0,27	1,6 (0,6-3,8)
Uygun deđil	78,8	26			54,5	18			39,4	13		
Sandalye												
Ergonomik	64,7	55	0,18	2,1 (0,6-7,1)	42,5	37	0,02	3,1 (1,1-9,0)	30,2	26	0,39	1,5 (0,5-4,2)
Ergonomik deđil	80,0	16			70,0	14			40,0	8		
Ergonomi bilgisi												
Var	70,6	24	0,65	0,8 (0,3-1,9)	42,9	15	0,48	1,3 (0,5-3,0)	37,1	13	0,43	0,7 (0,3-1,6)
Yok	66,2	47			50,0	36			29,6	21		
Psikososyal												
Yoğun çalışma												
Sıklıkla	67,5	52	0,97	0,9 (0,3-2,4)	53,8	42	0,03	2,5 (1,0-6,4)	40,3	31	<0,01	5,8 (1,6-20,9)
Nadiren-Hiç	67,9	19			31,0	9			10,3	3		

Tablo 6. Son 12 ayda üst ekstremit'e yakınınsı ile ilişkilili risk faktörlerinin Binary Lojistik regresyon analizi ile incelenmesi

Bölge	Risk faktörleri*	B	p	Exp(B)	%95 CI Exp(B)	
Boyun					Min.	Max.
	Çalışma süresi (yıl)	0,077	0,048	1,08	1,00	1,16
	Sigara kullanımı (var)	0,844	0,071	2,32	0,93	5,80
Omuz						
	Çalışma süresi (yıl)	0,101	0,006	1,10	1,03	1,18
	Molasız çalışma (>4 saat)	0,987	0,028	2,68	1,11	6,46
	Sandalye yüksekliği (ayarlanamayan)	1,083	0,019	2,95	1,19	7,30
	İş yükü (sıklıkla yoğun çalışma)	0,897	0,085	2,45	0,88	6,81
El-el bileği						
	Çalışma süresi (yıl)	0,076	0,025	1,0	1,0	1,1
	İş yükü (sıklıkla yoğun çalışma)	1,864	0,005	6,4	1,7	23,8

Sonuç ve Öneriler-1

Sekreterlerde işe bağlı oluşabilecek üst ekstremitte yakınmalarını önlemek için sekreterlerin çalışma ortamları ergonomik açıdan iyileştirilmeli ve çalışanların etkili ve yeterli mola süresi kullanmaları sağlanmalıdır.

Teşekkürler...
