



بررسی ناراحتی‌های جسمانی مرتبط با کار در محیط آشپزخانه و راهکارهای اصلاحی (مورد خاص: خانم‌های میانسال)

فهیمه سادات اردستانی^۱، حسن صادقی نائینی^۲، عبدالحمید اشراق نیای جهرمی^۳

^۱ فارغ التحصیل کارشناسی ارشد مهندسی صنایع، دانشکده مهندسی صنایع دانشگاه صنعتی شریف، fasa.ardestani@gmail.com

^۲ استادیار گروه طراحی صنعتی، دانشکده معماری، دانشگاه علم و صنعت، Naeini@iust.ac.ir

^۳ دانشیار دانشکده مهندسی صنایع، دانشگاه صنعتی شریف، eshragh@sharif.edu

چکیده

زمینه و هدف: بسیاری از بانوان، در سال‌های میانسالی دچار اختلالات اسکلتی-عضلانی، واریس پا و دیگر آسیب‌های جسمانی می‌شوند. کار در محیط آشپزخانه با ایستادن طولانی مدت، حرکات تکراری، وضعیت‌های نامناسب بدن و شرایط نامناسب محیط کار می‌تواند از عوامل تشدیدکننده‌ی این آسیب‌ها باشد که کمتر مورد توجه قرار گرفته است. هدف این مطالعه شناسایی وضعیت‌های نامناسب بدن هنگام کار، آسیب‌های رایج و بررسی ارتباط آن‌ها با یکدیگر و پیشنهاد راهکارهایی برای کاهش این آسیب‌ها است.

روش بررسی: این مطالعه‌ی توصیفی-تحلیلی بر روی ۴۴ خانم میانسال انجام شد و شرایط کار و ناراحتی‌های جسمانی آن‌ها مورد سؤال قرار گرفت. نتایج پرسشنامه با استفاده از آزمون پیرسون توسط نرم‌افزار SAS 9.1 بدست آمد. همچنین با استفاده از شیوه‌ی تحلیل OWAS وضعیت‌های نامناسب بدن هنگام کار در آشپزخانه و سطح برخورد مقتضی برای هر یک شناسایی گردید.

یافته‌ها: نتایج حاصل نشان داد که ارتباط مستقیم میان ساعات کار آشپزخانه با استفاده از صندلی، کمر درد و مجموع وزنی صدمات جسمانی وجود دارد. کمر درد و زانو درد به ترتیب با شیوع ۶۳/۶۴٪ و ۵۶/۸۲٪ دارای بیشترین ابتلا هستند. در نتایج بدست آمده از تحلیل OWAS، ۴۰٪ وضعیت نامناسب که در آن کمر و زانو‌ها نواحی آسیب‌پذیر بودند شناخته و سطح برخورد آن‌ها در مرور شیوه‌ی کار تعیین شد.

نتیجه‌گیری: استفاده از یک صندلی ارگونومیک با قابلیت جابجایی آسان و ارتفاع بلندتر، گرم کردن بدن قبل از شروع کار، بهره‌ور کردن زمان فعالیت و آگاهی در مورد فعالیت‌های مضر راهکارهایی هستند که می‌بایست در اصلاح کار مورد توجه قرار گیرد.

کلمات کلیدی

اختلالات اسکلتی-عضلانی، واریس پا، روش OWAS، ارگونومی

^۱ (نویسنده مسئول) فهیمه سادات اردستانی، دانشکده مهندسی صنایع، دانشگاه صنعتی شریف، تهران، ایران. fasa.ardestani@gmail.com، تلفن همراه: ۰۹۱۲۵۴۶۹۲۰۰