

BÖLÜM 6

AMELİYATHANE HEMŞİRELERİNDE KAS-İSKELET SAĞLIĞI: RİSKLER VE ÖNLEMLER

Rana GÜNGÖR SEVİNÇ ¹
Sonay GÖKTAŞ ²

GİRİŞ

Ameliyathaneler çalışanlar için fiziksel, kimyasal, biyolojik ve psikososyal sorunların olduğu riskli ortamlardır. Ameliyathane çalışanları için en önemli risk faktörlerinden biri fiziksel risk faktörleridir ve bu faktörler kas iskelet sistemi sorunlarına yol açabilmektedir. ABD National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH), kas iskelet sistemi bozukluğunu kemikler, sinirler, tendonlar, bağlar, eklemler, kıkırdak doku, kan damarları ve omurga disklerini içeren, vücudun kas-iskelet sisteminin bir bölümünü etkileyen bir bozukluk ve yaralanma olarak tanımlamaktadır (1).

Hemşirelerde görülen kas iskelet sistemi sorunları prevalansının dünya genelinde %40-%90 arasında olduğu düşünülmektedir (2). Cerrahi hemşirelerinin üçte ikisine yakınında son 1 yıl içerisinde vücudun farklı bölgelerinde kas iskelet sistemine ilişkin ağrı yaşandığı saptanmıştır (3). Yapılan bir çalışmada ameliyathane hemşirelerinde kas iskelet sistemi sorunu prevalansının %79 olarak bulunduğu karşımıza çıkmaktadır ve sırt, bel, boyun, omuz, ayak, ayak bileği, diz ağrılarının sıklıkla görüldüğü birçok araştırmada raporlanmaktadır (1, 2, 4-6).

Eklemlere fazla yük bindirilmesi, gövdenin aşırı fleksiyonu, ağır kaldırma, uzun süre ergonomik olmayan postürde durma, psikolojik stres fiziksel yaralanmaya yol açan nedenlerdendir (7). Ameliyathaneler; çeşitli büyüklüklerde elektronik cihazların sürekli kullanıldığı, hastaların taşındığı, uzun sürelerde ayakta

¹ Uzm. Hem., Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, rana.sevinc@acibadem.edu.tr, ORCID iD: 0009-0004-8014-7877

² Prof. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Hemşirelik Fakültesi, Cerrahi Hastalıklar Hemşireliği AD., sonay.goktas@sbu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-8168-1287

şan kas-iskelet sistemi yaralanmalarında önemli ölçüde azalma sağlamaktadır (21).

Ayrıca AORN'un (10) ameliyathane çalışanlarının kas-iskelet sistemi yaralanmalarını önlemek amacıyla geliştirdiği yedi ergonomik araç içerisinde; taşınacak ağırlığın yüksek olduğu durumlarda yardım alınması, doku ekartasyonunda doğru açı ve yardımcı araçlar kullanılması, ağır malzeme taşıırken uygun kaldırma teknikleri ve ekipmanlardan yararlanılması, tekerlekli ekipmanların itilip çekilmesinde iş birliği yapılması önerilmektedir.

SONUÇ

Ameliyathane hemşirelerinin kas iskelet sistemi sorunları, iş gücü kaybına, sağlıklı bir iş yaşamı sürdürmeye engel olabilmektedir. Bu sorunların önüne geçmek için ergonomik düzenlemeler, eğitimler ve doğru fiziksel uygulamalar gerekmektedir. Ameliyat sırasında uygun postür ve destekleyici araçların kullanımı, hemşirelerin sağlıklarını korumalarına yardımcı olacaktır. Ayrıca, fiziksel egzersizler ve dinlenme süreleri de bu sorunların önlenmesinde önemli rol oynamaktadır.

KAYNAKLAR

1. NIOSH. Musculoskeletal disorders and ergonomic factors: Centers for Disease Control and Prevention; n.d. [Online] <https://www.cdc.gov/niosh/ergonomics/index.html> [Accessed: 14 Mar 2025]
2. Tavakkol R, Kavi E, Hassanipour S, Rabiei H, Malakoutikhah M. The global prevalence of musculoskeletal disorders among operating room personnel: a systematic review and meta-analysis. *Clinical Epidemiology and Global Health*. 2020;8(4):1053–61. doi:10.1016/j.cegh.2020.03.019
3. Baz AS, İlçe A. Ameliyathane çalışanlarında biyomekanik ergonomik riskler ile kas iskelet rahatsızlıkları arasında nedenselliğin belirlenmesi. *Sağlık Bakım ve Rehabilitasyon Dergisi*. 2019;2(2):12–23.
4. Yizengaw MA, Mustofa SY, Ashagrie HE, Zeleke TG. Prevalence and factors associated with work-related musculoskeletal disorder among health care providers working in the operation room. *Ann Med Surg (Lond)*. 2021;72:102989. doi:10.1016/j.amsu.2021.102989
5. Soroush A, Shamsi M, Izadi N, Heydarpour B, Samadzadeh S, Shahmohammadi A. Musculoskeletal disorders as common problems among Iranian nurses: a systematic review and meta-analysis study. *International Journal of Preventive Medicine*. 2018;9(1):27. doi:10.4103/ijpvm.IJPVM_235_16
6. Kandemir D, Karaman A, Uğraş GA, Öztekin SD. Ameliyathane hemşirelerinde kas iskelet sistemi ağrılarının incelenmesi. *Journal of Education & Research in Nursing/Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*. 2019;16(1).
7. Sayılan AA, Öztekin SD. Ameliyathane hemşirelerinin vücut postürleri ve ilişkili faktörler. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2018;7(1):23–7.
8. Epstein S, Sparer EH, Tran BN, Ruan QZ, Dennerlein JT, Singhal D, et al. Prevalence of work-related musculoskeletal disorders among surgeons and interventionalists: a systematic review and meta-analysis. *JAMA Surgery*. 2018;153(2):e174947–e. doi:10.1001/jamasurg.2017.4947
9. World Health Organization. Preventing musculoskeletal disorders in the workplace. Geneva; 2003.

10. Waters T, Baptiste A, Short M, Plante-Mallon L, Nelson A. AORN Ergonomic Tool 6: Lifting and carrying supplies and equipment in the perioperative setting. *AORN Journal*. 2011;94(2):173–9. doi:10.1016/j.aorn.2010.09.033
11. Asghari E, Dianat I, Abdollahzadeh F, Mohammadi F, Asghari P, Jafarabadi MA, et al. Musculoskeletal pain in operating room nurses: Associations with quality of work life, working posture, socio-demographic and job characteristics. *International Journal of Industrial Ergonomics*. 2019;72:330–7. doi:10.1016/j.ergon.2019.06.009
12. El Ata GA, El Desouky S, Manawil M, Khalifa E. Assessment of work-related musculoskeletal symptoms in operation room nurses. *Curr Sci Int*. 2016;5(2):215–22.
13. Erdemir F, Eldem C. Ergonomic analysis of working postures in a foundry workshop by digital human modeling based REBA method. *Journal of Polytechnic-Politeknik Dergisi*. 2020;23(2):435–43. doi:10.2339/politeknik.534877
14. Şimşek Ş, Yağcı N, Şenol H. Prevalence of and risk factors for low back pain among healthcare workers in Denizli. *Agri*. 2017;29(2):71–8. doi:10.5505/agri.2017.32549
15. Özşaker E. Ameliyathane ergonomik faktörler ve çalışan güvenliği. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*. 2018;5(3):476–84.
16. Monahan JJ. Culture of safety: safe work hours in the OR. *AORN Journal*. 2012;95(1):149–54. doi:10.1016/j.aorn.2011.11.003
17. Akkaya A, Karadağ M. Ameliyathane hemşirelerinin çalışma ortamından kaynaklanan mesleki risklerinin ve sağlık sorunlarının belirlenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*. 2021;37(1):11–22.
18. Ribeiro T, Serranheira F, Loureiro H. Work related musculoskeletal disorders in primary health care nurses. *Applied Nursing Research*. 2017;33:72–7. doi:10.1016/j.apnr.2016.09.003
19. Oha K, Animägi L, Pääsuke M, Coggon D, Merisalu E. Individual and work-related risk factors for musculoskeletal pain: a cross-sectional study among Estonian computer users. *BMC Musculoskeletal Disorders*. 2014;15(1):181. doi:10.1186/1471-2474-15-181
20. Karaca ŞB, Aydın G. Yoğun bakım ve ameliyathane çalışanlarında kas kelet sistem ağırları. *Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi Tıp Dergisi*. 2019;52(3):196–200.
21. Alrashed WA. Ergonomics and work-related musculoskeletal disorders in ophthalmic practice. *Imam Journal of Applied Sciences*. 2016;1(2):48–63.
22. Cagnie B, Danneels L, Van Tiggelen D, De Loose V, Cambier D. Individual and work related risk factors for neck pain among office workers: a cross sectional study. *European Spine Journal*. 2007;16(5):679–86. doi:10.1007/s00586-006-0269-7
23. AORN, Petersen C. AORN guidance statement: Safe patient handling and movement in the perioperative setting. AORN; 2007.
24. Moazzami Z, Dehdari T, Taghdisi MH, Soltanian A. Effect of an ergonomics-based educational intervention based on transtheoretical model in adopting correct body posture among operating room nurses. *Global Journal of Health Science*. 2015;8(7):26. doi:10.5539/gjhs.v8n7p26