

מודעות ארגונומית בקרב עובדי מרכז רפואי שיקומי גריאטרי כחלק מקידום בריאות העובד

אורטל פלקס פיזיותרפסטית אחראית תחום ארגונומיה
הילה דהן מנהלת שירות הפיזיותרפיה

רקע

ארגונומיה היא הנדסת גורמי אנוש שעוסקת בהתאמת סביבת העבודה לצרכי האדם. עבודה לפי עקרונותיה תשפיע לחיוב על בריאות העובד ובטיחותו ועל פרודוקטיביות בעבודה. בעבודה קיימים סיכונים ארגונומיים שונים. לרוב, אנו נוטים להתאים את עצמנו לעמדת העבודה במקום להתאים את הסביבה אלינו, דבר שעלול להוביל לטראומה גופנית מצטברת במערכת השריר-שלד. בשנת 2020 חלה בבית החולים עלייה במספר תאונות העבודה ובימי המחלה על רקע פציעות שריר-שלד, שבעקבותיה עלה הצורך בגיבוש תכנית מקיפה לעובדים.

שיטות

- מינוי פיזיותרפסטית אחראית לתכנית הארגונומיה הרב-שנתית
- מינוי "שגרירי ארגונומיה" מחלקתיים להנגשת הנושא ולמתן מענה יומיומי לעובדים
- ביצוע תצפית ותשאול של העיסוקים השונים בסביבת עבודתם הטבעית, לזיהוי סיכונים ארגונומיים וליצירת תוכן הדרכה תואם עיסוק מענה על שאלון ייעודי לאיתור תסמינים ע"י עובדים אשר סובלים מבעיות שריר שלד
- העברת הדרכה מותאמת סקטור משולבת סדנא מעשית
- העברת הדרכות ארגונומיה לעובדים חדשים
- פגישות אישיות של רכזת ארגונומיה מול אחות אחראית מחלקתית למיפוי האתגרים הארגונומיים במחלקה ולמציאת פתרונות
- פרסום "טיפ ארגונומיה" חודשי בתפוצת בית חולים

מטרות

- קידום בריאות העובד
- העלאת מודעות העובדים לארגונומיה ולחשיבותה
- הטמעת אסטרטגיות יציבה נכונות בסביבות עבודה משתנות
- הפחתת תאונות העבודה ממקור שריר-שלד



תוצאות

- בשנת העבודה הראשונה של הפרויקט (2021) בוצעה הדרכה ל-180 עובדים מכלל הסקטורים
- 119 עובדים שסובלים מבעיות שריר שלד השיבו לסקר שעיקרי תוצאותיו מעידים כי 50% מהמשיבים חוו כאב (VAS 6-10), 60% מהמשיבים חווים כאב בתדירות גבוהה, וב-74% מהמקרים הכאב נמשך בין שעה לכמה ימות. נמצאו קשרים מובהקים סטטיסטית בין עוצמת הכאב לבין ההיעדרויות מעבודה.
- בשנת 2022 בוצעו בכל מחלקה שתי הדרכות של שגרירי הארגונומיה יחד עם הצוות הסיעודי.
- בשנת 2021 9 עובדים דיווחו על תאונת עבודה בעקבות פציעת שריר-שלד עם סה"כ 282 ימי מחלה
- בשנת 2022 על אף עלייה בדיווחים על תאונות עבודה בעקבות פציעת שריר-שלד (15 עובדים), ימי המחלה בעקבות הפציעה ירדו משמעותית ל-165 ימים

שימוש נכון בגוף בסביבת העבודה דורש תכנית הטמעה ותחזוקה מתמדת.
לתכנית השפעה חיובית על בריאות העובד ושיפור תנאי העבודה שלו.
ההדרכות המותאמות עיסוק וסקטור תורמות לתחושה שטובת העובד במרכז