



**Научно-исследовательская работа
студентов на тему:**

**"Биомеханика
медицинской
сестры"**



ЦЕЛЬ РАБОТЫ:

Выявить нарушения и пропагандировать применение медсестрами правил биомеханики в работе

ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ

Состояние здоровья медсестер при нарушении правил биомеханики

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ:

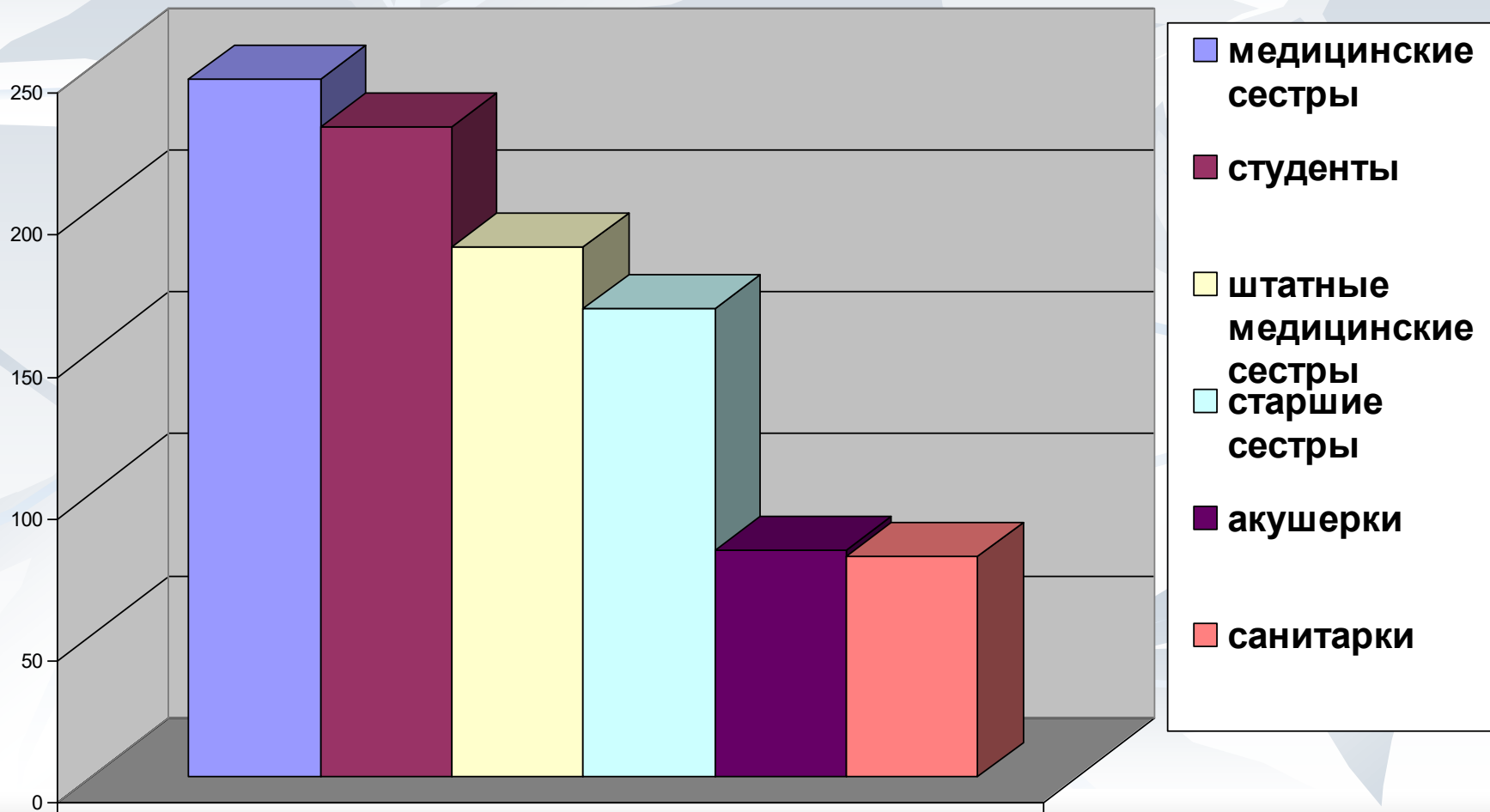
- Интервьюирование
- Анкетирование
- Наблюдение



ГИПОТЕЗА

Одной из причин появления болей в спине и травмах позвоночника является несоблюдение медсестер правил биомеханики в работе.







Биомеханика - это способ, благодаря которому тело человека приспосабливается, чтобы не потерять равновесие во время движения.





«Из кодекса практической деятельности медсестры по перемещению пациента:»

- * Ни одна медсестра не должна поднимать самостоятельно никакого пациента весящего более 30 кг.
- * Две медсестры не должны поднимать вес более 50 кг.



* Пациентов необходимо просить содействовать в их перемещениях, и необходимо использовать различные приспособления для их перемещения везде, где они смогут снизить риск травматизма»



СОВРЕМЕННЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПЕРЕМЕЩЕНИЯ ПАЦИЕНТА:

Эластичная пластина фирмы «Медезинг»



Пояс для перемещения пациента





Практическое применение пластины





Мягкий круг для поворотов пациентов в постели



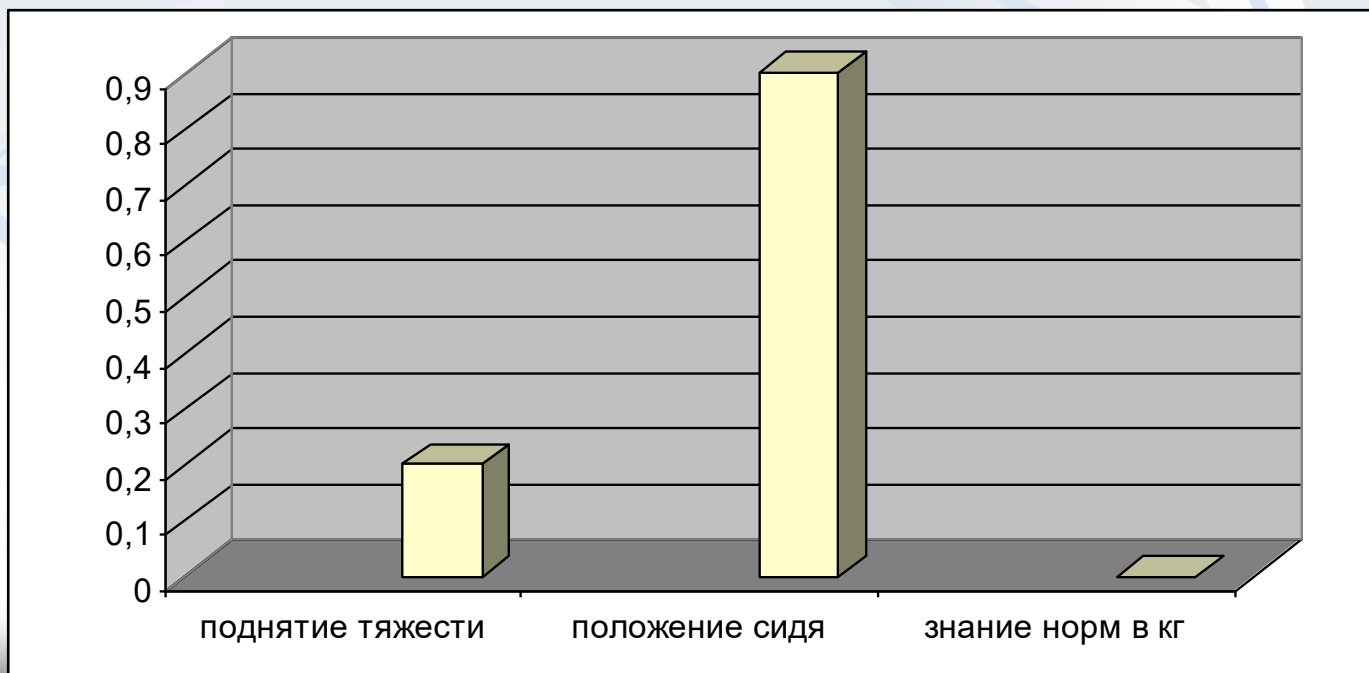
Скользящая простынь для поворотов в постели и переносе пациента



Вопросы для интервьюирования:

- Знаете ли Вы другие современные технические средства при изменении положения пациента в постели? Приведите примеры.
- Расскажите, какие правила вы знаете о поднятии тяжести.
- Назовите, пожалуйста, норму в килограммах поднятия тяжести на одну медсестру.

Результаты интервьюирования:



Результаты анкетирования:

| <i>Вопросы анкеты</i> | <i>Отношение</i> |
|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| 1. Понятие о биомеханике медсестры. | Не имеют представления – 100% |
| 2. Использование технических средств при перемещении пациента | Носилки, кресла-каталки, на руках – 100% |
| 3. Причины появления болей при транспортировке пациентов | Большой вес пациента, перенос пациента на руках-100% |
| 4. Возникновение боли после перемещения тяжести | Отрицательный ответ- 100% |
| 5. Наличие травмы позвоночника, связанные с подъёмом или перемещением пациентов. | Отрицательный ответ- 100% |
| 6. Укладывание пациента при постельном режиме | На спину, на бок, Фаулера – 50% |
| 7. Частота смены положения пациента с постельным режимом | через 2 часа – 100% |
| 8. Соблюдение правильного положения тела медсестры при перемещении пациента. | 90% - затрудняются ответить 10% - положительный ответ |



Результаты наблюдения:

- 90% сестер имеет теоретическое представление о правильном положении сидя за столом, но 100% исследуемых – сидели за своим рабочим местом, не соблюдая никаких правил
- при перемещении различных тяжестей также не соблюдается правильное положение тела -100%



ВЫВОДЫ:

Практикующие сестры не имеют четких знаний о правильном положении тела и биомеханике, а также нормативных актов по перемещению пациентов и поэтому они практически не используются.

Отделения нашей больницы не снабжены в достаточной степени средствами для перемещения пациентов (на одно отделение одно кресло-каталка или носилки), что тоже увеличивает риск повышения профессиональных заболеваний.

Однако, несмотря на то, что медсестры имеют низкие знания по интересующим нас вопросам, отрицают у себя профессиональные заболевания спины и позвоночника, связанные с подъёмом тяжести

Удивляет тот факт в том, что все опрошенные сестры знают временные рамки по изменению положения тела пациента с постельным режимом, но как, показал опрос пациентов, на практике он используется только на 50%.



Памятка

ПРАВИЛЬНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ТЕЛА СИДЯ:

- Колени должны быть выше бедер
- Спина должна быть прямой, а мышцы живота – напряжены
- Плечи расправлены и расположены симметрично бедрам
- 2/3 ваших бедер находятся на сиденье, стопы без напряжения касаются пола



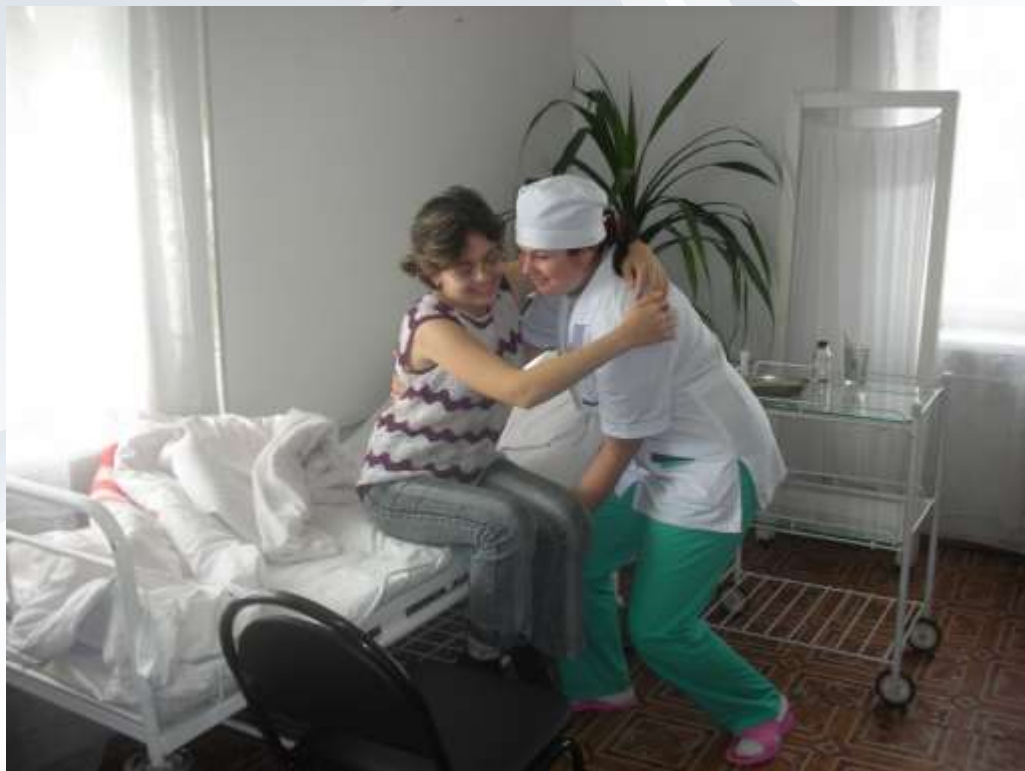
ПРАВИЛЬНАЯ БИОМЕХАНИКА В ПОЛОЖЕНИИ СТОЯ:

- Колени расслаблены, чтобы двигались коленные суставы
- Масса тела должна быть распределена равномерно на обе ноги
- Ступни на ширине плеч





ПРАВИЛЬНАЯ БИОМЕХАНИКА ПРИ ПОДНЯТИИ ТЯЖЕСТИ:



- Перед поднятием тяжести расположите стопы на расстоянии 30 см друг от друга, выдвинув одну стопу слегка вперед (для хорошей опоры)
- Встать рядом с человеком, которого нужно поднять, так, чтобы вам не нужно было наклоняться вперед
- Прижимайте поднимаемого человека к себе в процессе подъёма
- Сгибайтесь только колени, туловище сохранять в вертикальном положении
- Не делайте резких движений.



благодарим

за

внимание!